Revista del
CONSUMIDOR
Procuraduría Federal del Consumidor • México • Número 365 • Julio 2007 • www.profeco.gob.mx • $ 20.00 • ISSN 0185-8874

Celulares:
¿renta fija o prepago?

Universidades "patito"
Aprenda a identificarlas

Útiles escolares muy útiles

Soluciones desinfectantes ¡reprobadas!

Platillo Sabio Profeco
Espagueti con almejas

Tecnología Doméstica Profeco
Cera para pisos

Profeco

Sumario

Julio 2007, Núm. 365

BUZÓN DEL LECTOR

4

MISCELÁNEA DEL CONSUMO

6

10

Alerta al consumidor

DIRECTORIO DEL CONSUMIDOR

12

CONSUMO INTELIGENTE

16

EL LABORATORIO PROFECO REPORTA

48

Soluciones desinfectantes

INFOGRAFÍA

56

ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

58

Agua

PLATILLO SABIO PROFECO

64

Espaguetti con almejas y camarones

CIBERCONSUMIDOR

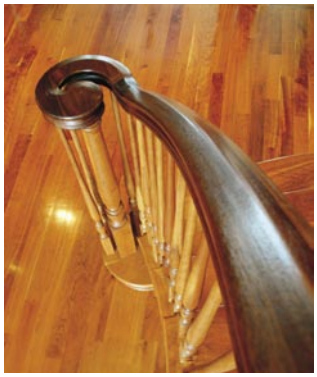
22
Tecnoadicción

ENTREGA ESPECIAL

28
Más universidades "patito"

EL LABORATORIO PROFECO REPORTA

36
Útiles escolares



TECNOLOGÍA DOMÉSTICA PROFECO

64
Cera para pisos de madera

RADIOGRAFÍA DE LOS SERVICIOS

66
Telefonía celular, renta fija

PEQUEÑOS CONSUMIDORES

74
Comedor profesional de dulces

YO, CONSUMIDOR

78

Directorio

Procurador Federal del Consumidor
Antonio Morales de la Peña

Coordinador General de Educación y Divulgación
Luis Mariano Acévez Estrada

Directora General de Difusión
Mónica Braun Guillén

Revista del CONSUMIDOR

Director Editorial
Mateo Miguel García

Directora de Arte y Diseño
Norma Patiño Domínguez

Directora de Contenidos
Jacqueline Ruiz Gómez

Coordinadora Editorial
Alejandra Sánchez Plascencia

Jefe de Información
José Armando Aguilar Pérez

Reporteros
Walter Jasso Anderson
Adriana Hernández Uresti

Colaboradores
José Trinidad Camacho (Trino)

Jefe de Diseño
Víctor M. Gutiérrez García

Diseño
Mónica Miranda Villalba
Roberto Paz Amaya
Alfonso J. Solís Loza
Daniel Wilson Oropeza
Alejandro Doyharzabal Salgado

Fotógrafo
José Rodríguez

Corrección
Alma Rosa Guerrero Gutiérrez

Consejo Editorial
Antonio Morales de la Peña
Luis Mariano Acévez Estrada
Raúl García Moreno Elizondo
Esperanza Gómez Mont Urueta
Gabriela Hernández Cardoso
José Antonio Hernández Miranda
Gladis López Blanco
Ángel Pasta Muñuzuri
Jaime Salazar Silva

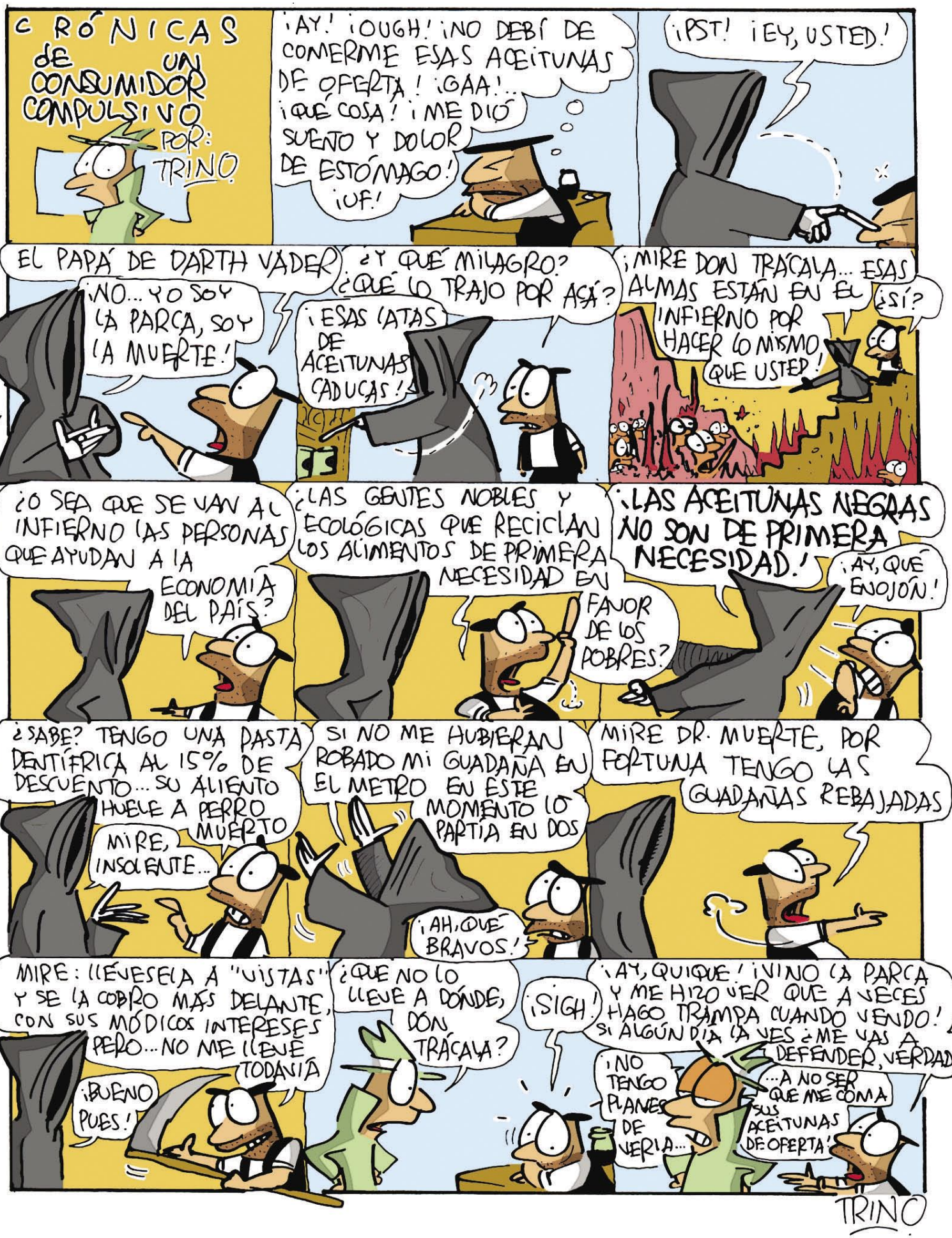
Más **universidades** "patito"

Es un hecho que las universidades públicas tienen insuficientes lugares disponibles en comparación con el número de alumnos que solicitan ingreso, lo que ha generado el surgimiento de pequeñas universidades que ofrecen estudios casi "a la medida" de los estudiantes que fueron rechazados.

Lo malo no es que existan estas universidades, sino que no se encuentren debidamente certificadas en todas y cada una de las carreras que ofrecen, lo que pudiera tener como consecuencia que la licenciatura estudiada en uno de estos centros no tenga validez oficial.

¿Qué hacer ante ese panorama? La clave es informarse. En el artículo especial que preparamos sobre el tema se dan las recomendaciones pertinentes para averiguar si la carrera y la universidad elegidas son confiables, y se hace énfasis en lo importante de no dejarse llevar por la necesidad de obtener un título a cualquier precio, porque el precio, en este caso, puede resultar muy caro...

Comentarios y sugerencias: José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C. P. 06140, delegación Cuauhtémoc. Apartado postal 20600, México, D. F. Teléfono 5568-8722. Fax 5553-0574. rconsumidor@profeco.gob.mx
Publicidad institucional: 5211-7419


CRÓNICAS DE UN CONSUMIDOR COMPULSIVO
POR: TRINO
¡AY! ¡OUGH! ¡NO DEBÍ DE COMERME ESAS ACEITUNAS DE OFERTA! ¡GAA!.. ¡QUÉ COSA! ¡ME DIÓ SUEÑO Y DOLOR DE ESTÓMAGO! ¡UF!
¡PST! ¡EY, USTED!
EL PAPÁ DE DARTH VÁDER
¡NO... YO SOY LA PARCA, SOY LA MUERTE!
¿Y QUÉ MILAGRO? ¿QUÉ LO TRAJO POR ACÁ?
¡ESAS LATAS DE ACEITUNAS CADUCAS!
¡MIRE DON TRÁCALA... ESAS ALMAS ESTÁN EN EL INFIERNO POR HACER LO MISMO QUE USTED!
¿SÍ?
¿O SEA QUE SE VAN AL INFIERNO LAS PERSONAS QUE AYUDAN A LA ECONOMÍA DEL PAÍS?
¿LAS GENTES NOBLES Y ECOLÓGICAS QUE RECICLAN LOS ALIMENTOS DE PRIMERA NECESIDAD EN FAVOR DE LOS POBRES?
¡LAS ACEITUNAS NEGRAS NO SON DE PRIMERA NECESIDAD!
¡AY, QUÉ ENOJÓN!
¿SABE? TENGO UNA PASTA DENTÍFRICA AL 15% DE DESCUENTO... SU ALIENTO HUELE A PERRO MUERTO
MIRE, INSOLENTE...
SI NO ME HUBIERAN ROBADO MI GUADAÑA EN EL METRO EN ESTE MOMENTO LO PARTÍA EN DOS
¡AH, QUÉ BRAVOS!
MIRE DR. MUERTE, POR FORTUNA TENGO LAS GUADAÑAS REBAJADAS
MIRE: LLÉVESELA A "VISTAS" Y SE LA COBRO MÁS DELANTE, CON SUS MÓDICOS INTERESES PERO... NO ME LLEVE TODAVÍA
¡BUENO PUES!
¿QUE NO LO LLEVE A DÓNDE, DON TRÁCALA?
¡SIGH!
¡AY, QUIQUE! ¡VINO LA PARCA Y ME HIZO VER QUE A VECES HAGO TRAMPA CUANDO VENDO! SI ALGÚN DÍA LA VES ¿ME VAS A DEFENDER, VERDAD?
¡NO TENGO PLANES DE VERLA...
...A NO SER QUE ME COMA SUS ACEITUNAS DE OFERTA!
TRINO

Su opinión es importante

Envíenos sus comentarios acerca de la revista a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C.P. 06140, México D.F., o por internet a rconsumidor@profeco.gob.mx Esperamos sus cartas.*

La piratería desafina

El viernes pasado vi su programa de televisión en donde aparece una cápsula sobre las diferencias entre los reproductores MP3 iPod y los que no son originales.

Desearía obtener esta información, ya que sólo a tres días de haber visto esta información, me di cuenta de que tengo un reproductor de música idéntico al que ustedes mostraron como falsificado. Ahora está fallando y quiero ver las diferencias entre uno y otro.

Karina Quezada

El comparativo que usted menciona fue publicado en nuestro número de marzo del año en curso. Para consultarlo, puede acudir a cualquier delegación Profeco en el país o al Centro de Documentación (Cedic) de Profeco, ubicado en Av. José Vasconcelos 208, PB, Col. Condesa, en la Ciudad de México.

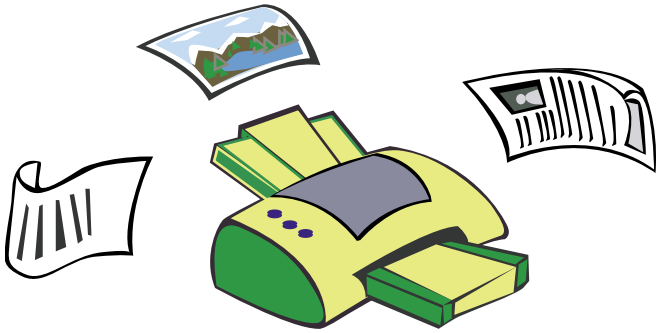
Como siempre, le reiteramos nuestra recomendación de no adquirir productos en el comercio informal, pues las copias de los productos originales nunca ofrecen la misma calidad ni garantía del fabricante en caso de falla.

Impresora, copiadora y escáner en uno

El motivo de este correo es pedirles que me digan si han publicado algún estudio de calidad sobre multifuncionales (impresora, escáner y copiadora), pues necesito comprar uno y no sé cuál es el mejor. Espero me puedan ayudar, se los agradeceré.

Elvira Torres

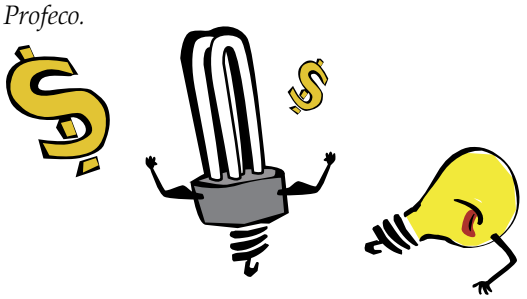
El estudio de calidad que usted necesita apareció en la Revista del Consumidor *de febrero de 2006. Puede consultarlo en el Cedic, en cualquier delegación Profeco o en www.profeco.gob.mx, dando clic en el vínculo "Revista" y eligiendo la opción "Números anteriores" del menú que aparece a la derecha.*



Quiere ahorrarse una luz

¿Es factible sustituir todos los focos de la casa por lámparas ahorradoras o sólo es conveniente en algunas áreas? Gracias por su asesoría.
Angélica Domínguez

Usted puede sustituir todos los focos de su casa por lámparas ahorradoras, sobre todo en áreas donde las luces se mantienen encendidas por periodos largos de tiempo. Esta medida representará un ahorro importante en su recibo de luz, pues las lámparas ahorradoras consumen hasta cuatro veces menos energía que un foco convencional, y llegan a tener una vida útil 10 veces mayor. Si quiere conocer cuáles son las de mejor calidad, consulte en www.profeco.gob.mx el estudio de calidad que publicamos en abril de este año, o acuda a cualquier delegación Profeco.



Agradecemos las sugerencias y felicitaciones de:

María Alarcón
Anastasio Bribiesca Salvador
Montserrat Contreras
Rodolfo Domínguez Ortiz
Enrique González
Esteban Hernández Aguilar
Raúl Mendoza
Luis Rodríguez Gallardo
Roberto Saldaña
Claudia Valle

*Las cartas enviadas a la *Revista del Consumidor* implican su consentimiento implícito para que sean editadas y publicadas. Sus datos personales quedan protegidos conforme a los *Lineamientos para la protección de datos personales* emitidos por el IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información Pública).

SAR-TEL
Centro de Atención Telefónica del SAR

Aclara tus dudas sobre el
Sistema de Ahorro para el Retiro

Te daremos orientación y asesoría sobre:

- El **Sistema de Ahorro para el Retiro**
- Comisiones que **cobran las AFORES**
- Rendimientos (ganancias) que otorgan las **AFORES**
- Calculadora del SAR
  La herramienta que te permitirá comparar entre Afores para apoyarte en tu decisión
- La **AFORE** en la que estás **asignado**
  (Para este punto es necesario que tengas a la mano tu número de Afiliación al IMSS, que puedes consultar en la hoja rosa, credencial azul y blanca, o directamente en la empresa donde laboras).

Teléfono :
01800 • 5000 747

Horario de Atención
Asesoría personalizada de Lunes a Viernes de 8:30 a 21:30 hrs.
y Sábados de 8:30 a 15:30 hrs.
Servicio automático de Calculadora, e información sobre tu cuenta asignada, las 24 hrs. del día los 365 días del año.

Por Adriana Hernández Uresti

Foto archivo

Una ducha muy colorida

¿Cuántas veces ha tenido usted que dar un brinco fuera de la regadera porque el agua está muy caliente o muy fría? Para que esto no le vuelva a pasar, ya existe en el mercado una regadera que advierte sobre la temperatura del agua mediante colores: azul para el agua fría, fucsia cuando está templada y rojo en caso de que esté caliente.

Además, la luz que ilumina el chorro del agua al caer crea una atmósfera muy especial en toda el área de la regadera, no precisamente elegante, pero sí diferente. Esta regadera se llama Color Shower y no requiere de alguna instalación especial ni tampoco de baterías, pues se activa con la presión del agua.

Fuente www.planetapluton.com

Foto archivo

Vida de altura

Encontrar un lugar de estacionamiento no será más un problema en Nueva York. En esta seductora ciudad construyen ya una lujosa torre habitacional que tiene como principal atractivo e innovación un lugar para el automóvil justo a la puerta de cada departamento; sí, los exclusivos habitantes podrán llegar hasta su piso a bordo de su vehículo, gracias a un elevador. La superficie promedio de cada departamento será de 370 m^2 (algo así como siete departamentos de interés social mexicanos juntos), y su costo ascenderá a 16 millones de dólares. Por si el dato le interesa, la construcción estará ubicada sobre la Avenida Once.

Fuente www.washingtonpost.com

Foto archivo

Yoga para perros

En Japón se llama dog yoga y en Estados Unidos doga. La innovadora propuesta consiste en tomar clases de yoga con todo y mascota, con la intención de disminuir el estrés en ambos. Además de ejercitarse, las clases sirven como un excelente pretexto para que dueños y mascotas convivan un poco más, situación cada vez más difícil en las grandes ciudades, donde lo que falta es tiempo y espacio. Pero si usted desea hacer la flor de loto con su perro al lado, tendrá que esperar un poco, porque en México aún no se ofrece este servicio.

Fuente www.lavozdegalicia.es

Foto archivo

El verde es vida

Desde septiembre de 2003, en la liberal Holanda se legalizó la compra de marihuana con fines médicos, pero sólo para los consumidores que presenten una receta médica (pacientes con enfermedades terminales como cáncer o sida, con el fin de reducir los malestares del padecimiento).

Dicen los emprendedores de tan singular y verde negocio que la hierba no es para fumarse, sino para prepararse en té o en baños de vapor. El costo por gramo es de 6 euros (cerca de 90 pesos), 50% más barato que en el resto de las farmacias, pero lo más importante es que la marihuana de la farmacia De Cannabis Apotheek está libre de pesticidas, resinas de metal, hongos o bacterias, pues el proveedor es una empresa que opera con todas las de la ley y bajo la estricta supervisión de las autoridades sanitarias de aquel país.

Fuente www.decannabisapotheek.nl

Vive tu retiro al máximo.

¿Cuánto quieres recibir cuando te retires?

De lo que decidas hoy
dependerá tu retiro de mañana.

En tu Afore
Siembra y Cosecha

¡Infórmate!
SARTEL
01 800 50-00-747

CONSAR
Comisión Nacional del Sistema de Ahorro para el Retiro

www.consar.gob.mx

Cejudo negocio

Este 6 de julio se cumple el primer centenario del nacimiento de Frida Kahlo; el hecho coincide con la llegada de la pintora y sus obras (literalmente) a los pies de los consumidores, bueno, sólo de algunos. La firma Frida Kahlo Corporation (sí, leyó usted bien) presentó cinco modelos de tenis con imágenes de Frida y de algunas de sus pinturas, con un costo de entre 30 y 35 dólares (hasta 385 pesos). El catálogo de productos neofolclóricos de tan singular empresa, con sede en Miami, incluye también un tequila con el nombre de la pintora, así como un corsé italiano adornado con cristales multicolores, similar al que utilizaba Frida tras su accidente. Pero eso no es todo, los creativos ya trabajan en una línea de ropa, otra de jabones, una de platería y otra de piezas de Talavera, productos que buscarán satisfacer los exigentes gustos de los admiradores de la mexicana. Por cierto, una de las fundadoras de esta firma es sobrina de la Kahlo; como dicen los abuelos "nadie sabe para quién trabaja".

Fuente *Gatopardo*, mayo 2007

Foto archivo

Fósiles en venta

Durante abril, la famosa casa Christie`s organizó una subasta peculiar. En lugar de joyas o prendas utilizadas por famosos ofertó al mejor postor esqueletos de un mamut, de un oso de las cavernas y de un rinoceronte lanudo. Todas las piezas tienen miles de años de antigüedad. Por supuesto que la noticia motivó el enojo de la comunidad científica, de los paleontólogos en particular, pues estos restos, dicen, deberían ser estudiados por los especialistas, en vez de adornar el jardín de algún magnate. Por cierto, un coleccionista anónimo pagó 422,760 dólares (aproximadamente 4 millones 650 mil pesos) por los huesos del mamut, y otro desembolsó 162,600 dólares (1 millón, 788 mil pesos) por los del rinoceronte.

Fuente www.elmundo.es

Foto archivo

Foto archivo

¡Salud!

A paso lento, pero firme, los vinos tinto, blanco y rosado van ganando un lugar en la mesa de los mexicanos, pues el consumo de estas bebidas crece alrededor de 20% cada año. Actualmente, la ingesta *per cápita* es de una botella al año, muy por debajo de los franceses, quienes sin empacho beben 57 botellas, en promedio, una por semana.

Fuente Ernest & Julio Gallo

Fotos archivo

Pañales "verdes"

La mitad de los componentes del nuevo pañal ecológico (Bio Baby) son biodegradables, frente a sólo el 25% del resto de sus competidores. Aunque lo ideal es que no representen un foco de contaminación al ambiente, se da un paso alentador con este producto 100 por ciento mexicano, que tardó 10 años en desarrollarse. Los cambios más notorios son su cubierta externa de algodón y la interna de ácido poliláctico, hecho a base de almidones de maíz y papa. Ojalá que además de beneficiar al ambiente, los fabricantes de pañales pensaran en la economía de los cientos de papás, quienes gastan buena parte de la quincena en estos artículos, hoy de primera necesidad.

Fuente www.invertia.com.mx

Las armas son de fuego, no de juego

Bajo el disfraz de un juguete, las réplicas de armas de fuego promueven la violencia desde la infancia misma y abren la posibilidad de ser usadas en actos delictivos. Por la seguridad de todos, evitemos comprarlas.

Con acciones concertadas, Profeco y la Secretaría de Seguridad Pública del Gobierno del Distrito Federal vigilan y protegen a los consumidores.

Profeco

ALERTA ALERTA ALE
al consumidor

Profeco vigila permanentemente prácticas comerciales indebidas y publicidad engañosa; inmoviliza productos peligrosos e impone multas y clausuras a las empresas que atentan contra los derechos de los consumidores. Usted también tiene el poder: el poder de no comprar y de presentar su denuncia. Compartimos así la responsabilidad y el poder, porque todos somos consumidores.

Sitios web no seguros

En un monitoreo reciente realizado por **Profeco,** se detectó que ciertas empresas no brindan seguridad a los consumidores que proporcionan datos personales y/o financieros cuando efectúan una transacción comercial en línea. Entre los sitios mexicanos que incumplen se encuentran **Artdanza, Martí, TV Ofertas, Nacional de Fármacos, Biotanic, Unefon, Cinépolis, Ann Miller,** AIG México, CV Directo, Grupo Famsa, entre otros. Usted puede consultar la lista completa de estos sitios en **http://www.profeco.gob.mx/ecomercio/monitoreosw.asp.**

Por su seguridad, es importante que antes de realizar una de estas transacciones en líena revise que:

a) La dirección de la página incluya una **s** después de http (https), lo que indica que es un sitio seguro.

b) En la parte inferior de la ventana del navegador (barra de estado) debe aparecer la imagen de un candado cerrado o una llave.

c) Al hacer doble clic en el candado, aparecerá el certificado de seguridad, que debe estar vigente.

¡Tenga cuidado al hacer transacciones comerciales por Internet!

Abusos en lotes de autos

Se ha detectado que al vender autos de particulares a propietarios de lotes de autos, se engaña al consumidor haciéndolo firmar contratos de consignación en lugar de venta, lo cual lo obliga a pagar comisiones por venta y otros gastos que establezca dicho contrato, incluso a renunciar a todo derecho de inconformarse.

Antes de vender su auto a un lote, asegúrese de hacerlo mediante un contrato de compraventa al contado en el que esté establecido el número de registro ante Profeco, de realizar la transacción en el mismo día y de que el pago de su transacción no sea con cheque.

Si desea poner su auto en consignación, considere que los propietarios de lotes de autos realizan la compraventa de automóviles de tres formas: compraventa al contado, venta en consignación y compraventa con reservas de dominio. Estas operaciones deben cumplir los requisitos establecidos en la NOM-122-SCFI-2005.

Asimismo, obligatoriamente dichos propietarios de lotes de autos deben exhibir de manera visible los horarios de servicio, precios y formas de pago, además de realizar las operaciones de compraventa o consignación mediante contratos de adhesión registrados en Profeco. Debe mencionarse que no existe un modelo único de contrato: éste puede ser diferente siempre y cuando cumpla con los requisitos de la Norma Oficial Mexicana señalada con anterioridad.

En el caso de consignación, el porcentaje de comisión es negociable y puede variar entre los diferentes proveedores, por lo tanto, el consumidor puede elegir el que mejor le convenga, pero antes de firmar el contrato, debe conocer en qué términos se establece la pena convencional en términos equitativos en el caso de que tanto el proveedor como el consumidor pretendan desistirse de la operación antes del tiempo acordado para la venta.

Y ahora...

¿Quién podrá ayudarme?

Cualquiera que haya lidiado con algún **mal proveedor de bienes o servicios**, sufrido **discriminación** o cuyos **derechos humanos** hayan sido violentados, sabe que a veces uno se siente **indefenso** ante lo que en apariencia o ciertamente es un **abuso**, y que en esos momentos, frente al daño padecido, uno quisiera que llegara un **superhéroe** a poner orden y a darnos la razón. No hay superhéroes, pero sí **instituciones** que velan por nuestra **seguridad** y nuestros **intereses**, que nos proporcionan la **información** que necesitamos.

CNDH (Comisión Nacional de Derechos Humanos)

Además de los que dicta nuestra constitución, todos los mexicanos tenemos derechos inherentes a nuestra condición de personas. Algunos de ellos son el derecho a la vida, a la libertad, a la alimentación, así como a la salud, entre otros.
Si considera que sus derechos humanos fueron violentados por una autoridad o un servidor público, la recomendación es acudir a la CNDH.

¿Qué es?

Es un organismo autónomo del Estado mexicano que tiene como objetivo, además de la protección de los derechos humanos, la promoción, el estudio, y la divulgación de los mismos.

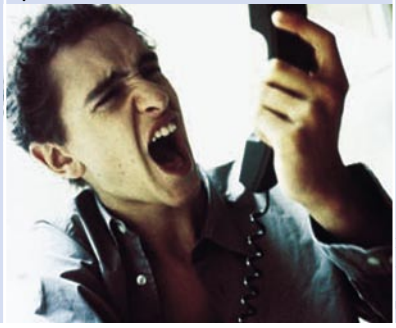


Foto Archivo

¿Cómo me ayuda?

Cualquier persona que desee denunciar presuntos abusos a los derechos humanos puede hacerlo directamente en las oficinas de la Comisión, vía telefónica o por fax. Es necesario saber que la CNDH no se encarga de conflictos laborales o resoluciones de carácter jurídico.

Contacto:
01-800-715-2000 larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República.
Dirección:
Periférico Sur 3469, Colonia San Jerónimo Lídice, Delegación Magdalena Contreras, C.P. 10200, México D.F.
Más información en: www.cndh.org.mx

Condusef (Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros)

¿Ya liquidó su tarjeta de crédito y le siguen cobrando? ¿Quiere retirar dinero de su afore pero no sabe cómo? ¿Busca el mejor crédito para adquirir un auto? Es un hecho, usted necesita conocer a Condusef.

¿Qué es?

Es un organismo público descentralizado que protege, asesora y defiende a los ciudadanos que contratan un producto o servicio financiero (no sólo bancos, también otros prestadores como aseguradoras y sociedades de inversión) que se encuentran en territorio nacional. Además, brinda información útil con respecto a las instituciones financieras y sus servicios (créditos hipotecarios, seguros, tarjetas, cuentas bancarias, etc.).

¿Cómo lo ayuda?

Cuando alguien presenta una queja contra cualquier institución financiera, la Condusef procura resolver el problema mediante una audiencia de conciliación. Pero si la situación es más complicada, la Comisión puede actuar como árbitro para resolver quién tiene la razón, además de que brinda defensoría legal gratuita. La Condusef cuenta con delegaciones en todo el país.

Contacto:
5340-0999 para el D.F.; 01-800-999-8080 larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República, de 9:00 a 17:00 horas en días hábiles. ***Más información en:*** www.condusef.gob.mx

Telsep

¿Desea saber si existe la posibilidad de que su hijo consiga una beca, los requisitos que debe cubrir para inscribirlo en una escuela pública o simplemente conocer el calendario escolar? Todas las respuestas se obtienen con una llamada.

¿Qué es?

Es un sistema de orientación e información vía telefónica perteneciente a la Secretaría de Educación Pública, que da respuesta eficaz a los problemas de índole educativa de la población.

¿Cómo me ayuda?

Telsep brinda información sobre centros educativos, trámites y servicios, datos del personal de la SEP, eventos y convocatorias relacionados con la educación pública. También atiende quejas, denuncias y sugerencias.

Contacto:
5723-6688 para el Distrito Federal; 01-800-767-6688 larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República. Lunes a viernes de 8:00 a 18:00 h.

Conamed (Comisión Nacional de Arbitraje Médico)

Si no recibe atención médica adecuada ni a tiempo, un trato digno y respetuoso, o si cree haber sufrido una negligencia médica, existe una institución que lo puede ayudar: Conamed.

Contacto:
01-800-711-0658 larga distancia sin costo desde cualquier punto del país.
Para más información:
www.conamed.gob.mx

¿Qué es?

Es un órgano desconcentrado de la Secretaría de Salud que se creó para ayudar a solucionar los problemas que se presenten entre el médico (o cualquier otro prestador de servicios de salud) y el paciente, ya sea en el sector público o privado.

¿Cómo me ayuda?

Brinda apoyo a aquellas personas que requieren atención médica urgente y no se les ha proporcionado; difunde información sobre los derechos y obligaciones de los pacientes y, una de sus funciones principales, recibe e investiga las quejas que presentan los usuarios de servicios médicos. Aunque la Conamed no tiene facultades para sancionar, puede fungir como árbitro para que las partes en conflicto lleguen a un acuerdo; o bien, puede elaborar dictámenes o peritajes médicos para que otras instancias resuelvan la queja.

SAT (Servicio de Administración Tributaria)

Si se le olvidó declarar sus impuestos a tiempo o necesita avisar que aumentaron o disminuyeron sus obligaciones fiscales, entonces es necesario que consulte al SAT.

Contacto: 01-800-463-6728
Más información en: www.sat.gob.mx

¿Qué es?

Es un órgano desconcentrado de la Secretaría de Hacienda y Crédito Público que se encarga, entre otras cosas, de recaudar las contribuciones de los ciudadanos para que todos cooperemos equitativamente en el gasto público.

¿Cómo me ayuda?

Le ayuda a darse de alta en Hacienda, le dice cómo reclamar devoluciones y compensaciones de saldo a favor, a obtener su firma electrónica avanzada... en fin, todo lo relacionado con este importante deber ciudadano.

Conadic
(Consejo Nacional contra las Adicciones)

Si usted o alguno de los suyos se encuentra recibiendo un tratamiento contra las adicciones y sufre algún maltrato, o simplemente requiere información sobre el tema, no dude en consultar al Conadic.

¿Qué es?
Es un organismo dependiente de la Secretaría de Salud creado para definir e implementar la política nacional (investigación, prevención, tratamiento, formación y desarrollo de recursos humanos) en materia de control de las adicciones.

¿Cómo me ayuda?
Cuenta con más de 100 especialistas en psicología clínica y trabajo social, que atienden a los usuarios de este servicio en forma gratuita las 24 horas del día durante todo el año. En el Conadic proporcionan información acerca de los servicios preventivos para el tratamiento de las adicciones (tabaco, alcohol, estupefacientes), además de brindar orientación y apoyo psicológico.

Foto Archivo

Contacto:
5208-1040 para el Distrito Federal; 01-800-911-2000 larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República.
Dirección: Paseo de la Reforma 450, colonia Juárez, delegación Cuauhtémoc, C.P. 06600, Distrito Federal.
Para más información:
www.conadic.gob.mx

CNSF (Comisión Nacional de Seguros y Fianzas)

Si necesita interponer una queja por un mal servicio de un agente de seguros, o desea saber si tal o cual empresa que le ofrece un seguro está debidamente autorizada, o quiere asegurarse de que la persona que pretende venderle un seguro es de fiar, puede recurrir a la CNSF.

¿Cómo lo ayuda?
Esta comisión atiende quejas relacionadas con el actuar de los agentes de seguros y fianzas, por lo que si usted tiene problemas con alguno de ellos, no dude en reportarlo. La queja es un escrito libre donde usted relata las irregularidades para que la CNSF averigüe y, de ser necesario, sancione al agente y solucione el problema. Además, en su página en internet la CNSF le ofrece buscadores en los que puede verificar si la compañía o el agente que pretende venderle un seguro están debidamente autorizados. Si la queja se relaciona directamente con la compañía de seguros, deberá acudir a Condusef.

¿Qué es?
Es un órgano descentralizado de la Secretaría de Hacienda y Crédito Público. Tiene a cargo la vigilancia y supervisión de las instituciones del sector asegurador y de fianzas, con lo que busca la protección de los intereses de los usuarios.

Contacto:
5724-7615 y 5724-7616 para el Distrito Federal; 01-800-849-5778 larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República. Lunes a viernes de 09:00 a 14:00 y de 15:00 a 18:00 horas.
Dirección:
Av. Insurgentes Sur 1971, Torre Sur, 1er. piso, colonia Guadalupe Inn, C.P. 01020, México D.F.
Más información en: www.cnsf.gob.mx

Conapred (Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación)

¿Fue objeto de discriminación al tratar de conseguir un trabajo o no lo dejaron entrar a algún lugar sólo por su apariencia? Si desafortunadamente algo similar le ha sucedido, puede recurrir al Conapred.

Foto Archivo

¿Qué es?
Es un órgano del Estado que se encarga de prevenir y tratar de erradicar cualquier tipo de exclusión basada en el origen étnico, sexo, condición social, preferencias sexuales, religión, edad o discapacidad.

Contacto: 01(55)5262-1490 para todo el país.
Dirección:
Dante 14, colonia Anzures, delegación Miguel Hidalgo, C.P. 11590, Distrito Federal.
Más información en: www.conapred.org.mx

¿Cómo me ayuda?
Si usted considera que ha sufrido algún abuso discriminatorio puede interponer una queja. Deberán presentarse por escrito los datos y la firma del agraviado (persona o grupo de personas). El Consejo cita a las partes a una audiencia conciliatoria. De no solucionarse el problema determina si el caso es transferible a una instancia legal.

Profeco
(Procuraduría Federal del Consumidor)

¿Contrató un servicio y le quedaron mal, o no le entregaron a tiempo un producto que compró? ¿Necesita una nueva lavadora pero no sabe qué marca le conviene más ni cuánto cuesta? No se preocupe, Profeco lo respalda.

¿Cómo me ayuda?
Cuando algún proveedor o prestador de servicios no le respete el precio, las cantidades, plazos, términos, entregas, condiciones de la compra, etcétera, usted puede presentar una queja ante Profeco por escrito, personalmente en su delegación o hacer denuncias vía telefónica. Además, Profeco brinda información sobre precios de alimentos, electrodomésticos, vegetales, medicamentos... en fin, todo lo relacionado con el mundo del consumo.

¿Qué es?
Es un organismo descentralizado que fortalece el poder de los ciudadanos para que hagan valer sus derechos como consumidores. Para lograrlo, esta Procuraduría previene y corrige las inequidades en las relaciones de consumo.

Contacto:
5568-8722 para el Distrito Federal;
01-800-468-8722 larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República, donde le dan la ubicación de las delegaciones Profeco en el país.
Dirección: Avenida José Vasconcelos 208, colonia Condesa, delegación Cuauhtémoc, D.F., C.P. 06140.
Más información en: www.profeco.gob.mx

SFP (Secretaría de la Función Pública)

Si la última vez que fue a realizar un tramite burocrático federal se topó con un empleado indiferente y hasta grosero, le pidieron alguna "mordida" para acelerar el "papeleo", o ya de plano ni lo volteron a ver, existe una instancia para denunciar estas irregularidades.

¿Cómo me ayuda?
La SFP defiende sus derechos ciudadanos ante las instituciones gubernamentales que no hacen bien su trabajo. Para presentar una queja deberá llenar un formato que puede localizar fácilmente en su página en internet. En caso de proceder el reclamo, la Secretaría está facultada para sancionar hasta por inhabilitación al funcionario en cuestión.

¿Qué es?
La SFP tiene como misión: "Consolidar un gobierno honesto, eficiente y transparente", nada más y nada menos. Para lograrlo, busca promover la cultura de la legalidad e inhibir y sancionar las prácticas de corrupción.

Foto Archivo

Contacto:
1454-2000 para el Distrito Federal; 01-800-112-0584 larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República; 01-800-475-2393 sin costo desde Estados Unidos.
Más información en: www.funcionpublica.gob.mx

IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información Pública)

Si necesita corregir sus datos personales ante alguna instancia gubernamental, o si le negaron información en alguna dependencia o entidad del gobierno federal, entonces puede acudir al IFAI.

¿Qué es?
Es un organismo descentralizado de la administración pública federal que se encarga de garantizar el derecho a accesar a la información pública gubernamental; resuelve inconformidades relacionadas con la negación de alguna dependencia del gobierno federal a brindar información; protege los datos personales (en poder del gobierno) de los ciudadanos.

¿Cómo me ayuda?
Brinda asesoría en cuanto a la consulta de información actualizada o corrección de datos personales en dependencias gubernamentales. También, el IFAI le ayuda a presentar un recurso de revisión cuando le han negado el acceso a la información pública gubernamental.

Contacto: 01-800-835-4324 larga distancia sin costo desde cualquier punto de la República.
Dirección: Avenida México 151, colonia El Carmen, delegación Coyoacán, C.P. 04100, México, D.F.
Más información en: www.ifai.org.mx

Consumo informado

Reconozca y asuma su poder

El consumo inteligente es un acto humano que busca la plenitud y el desarrollo armónico de la persona. Reconoce que existen necesidades biológicas, psicológicas, sociales y espirituales, pero reflexiona sobre cada una de ellas: sobre su importancia y su significado para la calidad de vida. Es consciente, informado, libre y crítico frente a la publicidad. Fortalece a la salud, protege al medio ambiente, considera solidariamente a los demás y sabe organizarse para tener más poder e influencia en el mercado.

En un mundo con una oferta casi infinita de productos y servicios, en el que a diario se deben tomar diversas decisiones de consumo, usted cuenta con un aliado clave y de gran valor: la información.

Por Walter Jasso Anderson

El consumo informado es el segundo de los siete pasos del consumo inteligente, puesto que la información permite elegir productos y servicios de acuerdo con datos reales, y no por impulso o deseos aspiracionales (cuando una persona "aspira" a parecerse a determinado famoso o a alguien de estrato social "superior" mediante la imitación de sus actitudes y atuendos).

Así, usted tiene el poder de que sus decisiones de consumo se fundamenten en bases sólidas y racionales, como la comparación de calidad y precio. Por lo mismo, siempre son pertinentes preguntas como "¿Puedo encontrar el mismo artículo a un menor precio en otro establecimiento?" "¿El producto en cuestión es mi mejor opción posible en relación con su costo/beneficio?"

También conviene replantearse la verdadera utilidad del producto que contempla adquirir: "¿Realmente lo necesito?" "¿Podría darle un mejor uso al dinero que destinaría a esta compra?", o las posibles repercusiones para el entorno: "¿Este artículo incrementa el daño al medio ambiente?" "¿A qué tipo de empresa beneficia el dinero que voy a pagar?"

Y es que dentro de un mercado que constantemente reinventa las formas para acercarse a sus potenciales consumidores –también podría decirse para "acechar"–, la información, además de la conciencia del propio consumo, se convierte en un factor crucial para saber distinguir entre lo mejor y lo menos bueno, entre lo excelente y lo regular, entre lo menos malo y lo peor, pues la falta de información posibilita que el consumidor adquiera artículos que pueden ser perjudiciales para él y para el medio ambiente. Por estas razones, los consumidores tenemos el derecho y la obligación de informarnos: sería un desperdicio no hacerlo cuando a nuestro alcance existen varias herramientas disponibles.

Leer para creer

En este siglo XXI, a diferencia de lo que ocurría hace 25 o 30 años, los consumidores somos globales y estamos expuestos a la feroz competencia entre establecimientos, productos y servicios, tanto nacionales como trasnacionales, que tratan de ganar nuestra preferencia . Pero ¿a quién dársela? ¿Por qué tendríamos que otorgar nuestra confianza como consumidores a un producto en vez de otro?

De acuerdo con una reciente investigación de ACNielsen, ante esta amplia gama de opciones, los consumidores mexicanos tendemos a probar nuevas marcas y a sustituir otras. Nuestra lealtad hacia un producto específico ya no es tan segura como en años anteriores. Sin embargo, en la medida en que se incrementa la oferta, también aumenta nuestra necesidad de información.

Sin duda, la primera fuente de información es el producto o servicio mismo: cada etiqueta, cada cuadro informativo de los artículos que están a la venta, cada contrato de un servicio, están ahí para leerlos y enterarse de las características de lo que adquirimos.

Muchas veces pasamos por alto estos datos, pero si no se revisan las etiquetas ni los contratos ni las garantías, ¿cómo saber si los productos serán útiles o no?, ¿si cumplen nuestras expectativas?, ¿si ya ca-

Los 7 pasos del consumo inteligente

El consumo inteligente se fundamenta en valores como la justicia, la solidaridad y el respeto a los derechos humanos, económicos, sociales, culturales y ambientales de todas las personas. Promueve la moderación en el consumo (controlar el consumo antes de que éste nos controle a nosotros) y la adopción de hábitos éticos y ecológicos para consumir en armonía con los demás y con el planeta. Los pasos que lo componen son los siguientes:

Consumo consciente

Todos, en cada momento, somos consumidores, y como tales damos rumbo al mercado y a la economía de nuestro país con las decisiones que tomamos.
Un consumidor que es consciente de su poder, de sus derechos y obligaciones, que sabe lo que necesita, lo exige y asume las consecuencias de su modo de consumir, es un consumidor inteligente.

Consumo informado

Somos libres de elegir lo que queremos consumir, pero para poder decidir entre la infinidad de opciones que ofrece el mercado, es indispensable informarse.
Un consumidor que compara calidad y precio, piensa en invertir antes que en gastar, valorando qué tanto sus elecciones de consumo satisfacen sus necesidades reales y los beneficios que traerán a su vida, a su familia y a su comunidad, es un consumidor inteligente.

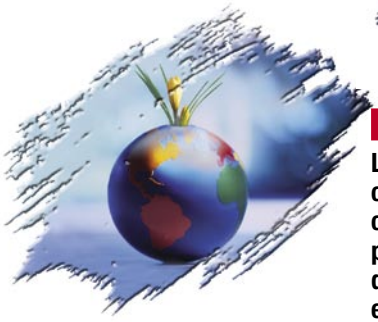
Consumo crítico

Publicistas y proveedores quieren convencernos de comprar, y para ello frecuentemente asocian su publicidad con valores que nada tienen que ver con el producto que anuncian: estatus, poder, atractivo sexual, fama.
Un consumidor que es crítico ante la publicidad y la moda, se valora y valora a los demás por lo que son y no por lo que tienen, que elige y conserva lo que necesita y le gusta, es un consumidor inteligente.

Del consumo enfermo al informado

Debido a sus múltiples defectos, comprar piratería equivale a tirar el dinero, además de que este acto "enferma" a la legalidad y a la economía del país (tan sólo en el ramo textil, se calculan en 400 mil los empleos perdidos debido a la falsificación y contrabando de prendas de vestir).
El valor de un artículo original no sólo radica en su calidad, sino también en que permite el mantenimiento y la generación de puestos de trabajo, mientras que los piratas venden barato porque no ofrecen calidad ni garantía, y prácticamente no realizan ninguna inversión, a diferencia de los sectores formales, que deben sostener una estructura de empleados y continuar invirtiendo en el desarrollo de sus productos.

Fuente Instituto para la Protección Privada de la Propiedad Intelectual y el Comercio Legal, A.C.



Consumo sustentable

Durante décadas hemos explotado, desperdiciado y contaminado los recursos de nuestro planeta sin restricciones, comprometiendo el desarrollo y la vida de las futuras generaciones.
Un consumidor que reduce los efectos de su consumo en el ambiente al elegir productos ecológicos, ahorrar energía y agua, separar la basura, caminar en vez de usar el auto y aprovechar al máximo los productos antes de desecharlos, es un consumidor inteligente.

Consumo saludable

Los avances médicos, científicos y tecnológicos nos dan acceso a productos y servicios que han aumentado la expectativa de vida. Sin embargo, muchos de estos avances también han propiciado una vida sedentaria, de excesos y hábitos poco saludables.
Un consumidor que lleva una alimentación balanceada, hace ejercicio, duerme bien, modera su consumo de alcohol, no se automedica y evita fumar, es un consumidor inteligente.

Consumo solidario

Algunas personas –muy pocas en el mundo– tienen recursos para comprar casi cualquier cosa, mientras la gran mayoría apenas puede consumir lo imprescindible para sobrevivir.
Un consumidor que considera los efectos que su consumo tiene en los demás y prefiere productos artesanales o de proveedores socialmente responsables, con políticas laborales justas y procesos de producción limpios, es un consumidor inteligente.

Consumo organizado

Conocer nuestros derechos y tomar decisiones de consumo conscientes y responsables nos hace más fuertes, pero si nos organizamos con otros consumidores para alcanzar objetivos comunes, podemos multiplicar ese poder.
Un consumidor que suma su fuerza a la de otros y se organiza con ellos para defender sus derechos, exigir calidad y hacer alianza con Profeco y otras instituciones para lograr relaciones de consumo más equitativas, es un consumidor inteligente.

ducaron? o ¿cómo saber si no representan un riesgo para nuestra salud?

El buen sabor de saber más

Si bien la información es importante para consumir desde un cepillo de dientes hasta un refrigerador, resulta fundamental al comprar alimentos y medicamentos. Entonces es necesario ir más allá de las etiquetas para saber qué hay detrás de ellos, si cumplen con lo que dicen ser o no, si son seguros, ya que como lo han demostrado varios estudios de calidad del Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, no todo es lo que aparenta: como muestra, están los diversos análisis realizados entre 2004 y 2006 a varias marcas de quesos panela, margarinas, polvo para preparar bebidas sabor chocolate, jugos, leche, yogures, y puré de tomate envasados, los cuales arrojaron resultados poco alentadores, ya que al momento de la investigación, los productos de estas marcas estaban elaborados con ingredientes distintos a los que debían contener, además de presentar anomalías informativas en su etiqueta o empaque.

Dada la multiplicidad –y muchas veces, inconciencia– de los factores que intervienen en la ingesta de alimentos, no está de más que usted preste mayor atención a la manera como come y bebe: una investigación reciente en Estados Unidos calcula que en promedio, sin darse cuenta, una persona toma alrededor de 250 decisiones diarias relacionadas con su alimentación. Frente a tales datos, ¿acaso no vale la pena asumir un compromiso con usted mismo y ejercer el poder que le brinda la información?

Yo, comprometido

Si usted ahonda en la manera como consume, si analiza la información antes de comprar, si exige

Foto archivo

Cuidado con los créditos

En marzo de 2006, existían en nuestro país casi 16 millones de tarjetas de crédito, pero a noviembre del año pasado, la cartera vencida por el uso de las mismas, había llegado a los 12 mil 132 millones de pesos, lo que representó un incremento anual de 172%. Por ello, es importante utilizar el crédito de manera responsable e informada, verlo como un apoyo, nunca como una extensión de los ingresos personales.

Antes de firmar el contrato de alguna compra a plazos, calcule el costo total del crédito, y compárelo con el precio de contado o con otras opciones de financiamiento. Así, es probable que no sobrepase su capacidad de pago, porque hacerlo suele convertirse en una pesadilla.

Fuentes Condusef • Banco de México

mejores productos y servicios, si se compromete con el consumo inteligente, una de las consecuencias naturales será la adquisición de mejores productos, pero también de un mayor rendimiento de su dinero, pues un consumidor informado puede distinguir entre lo que sólo desea y lo que realmente necesita, así como entre lo que puede adquirir sin afectar sus finanzas personales y aquello que sí mermaría su monedero a corto o mediano plazos.

A pesar de que según una investigación de la Asociación Iberoamericana de Cámaras de Comercio (AICO), el 75% de los mexicanos decide sus compras en los puntos de venta, usted puede optar por la sana costumbre de hacer una lista antes de ir de compras, considerando su presupuesto y sus necesidades reales, lo que le permitirá saber en qué gasta su dinero exactamente, si puede ahorrar y qué monto, o si le alcanza para darse algún gusto o, en todo caso, podrá saber si está comprando más de lo que necesita.

Sin embargo, hasta ahora, lo anterior no es una costumbre generalizada, pues de acuerdo con la encuesta realizada por Profeco a 1,467 personas en 2006, sólo 30% de ellas lleva un control por escrito de sus gastos, y el 53% se queda sin dinero antes de recibir su siguiente ingreso, por lo que debe recurrir a préstamos familiares, tarjetas de crédito y empeños.

En este sentido, destaca la importancia de pensar en invertir y no en gastar, es decir, ante una decisión de consumo, preguntarse si se trata de un gasto (que tiene que ver con productos efímeros y/o desechables que desaparecen a corto plazo) o de una inversión, misma que contribuye al desarrollo, mejoramiento y plenitud de una persona o de una familia.

Así las cosas, le invitamos a tomar las riendas de sus decisiones de consumo y a no soltarlas; si se informa, será como quitarse una venda de los ojos, tendrá frente a sí un panorama distinto que puede utilizar en su beneficio.

Fotoarte Roberto Paz

Fuentes Entrevista con el Arq. Luis Mariano Acevez Estrada, coordinador general de Educación y Divulgación, Profeco • ***Revista del Consumidor***, febrero y octubre, 2004, y enero, julio, agosto y octubre, 2006. • Encuesta sobre control del ingreso personal, marzo 2006, Profeco • *Cambios en el mercado mexicano 2006*, A.C. Nielsen • www.aico.org • www.mindlesseating.org

Servicios para usted

A través de nuestro sitio web, usted cuenta con herramientas gratuitas que le permiten informarse sobre la calidad y el precio de diversos productos y servicios, como la Canasta inteligente, sistema que pone a su alcance información sobre 560 productos, con la opción de encontrar el establecimiento que ofrece el precio más bajo en 25 ciudades del país.

También podrá consultar el Quién es quién en el envío de dinero, en créditos a pagos fijos, además de contar con especiales como quién es quién en las gasolineras y en el gas LP.

Asimismo, el Buró comercial de Profeco le brinda información útil acerca de quejas, procedimientos y contratos de adhesión registrados ante la institución por parte de distintos proveedores, así como el comportamiento comercial de los mismos. ¡No dude en utilizar estos servicios!

Internet: **www.profeco.gob.mx**
Teléfono del Consumidor: **01-800-468-8722**
Comportamiento comercial: **comportamientocomercial@profeco.gob.mx**

En sus manos está el poder

Derecho a la información:
La publicidad, las etiquetas, los precios, los instructivos, las garantías y en general toda la información de los bienes y servicios que nos ofrecen debe ser oportuna, completa, clara y veraz, de manera que podamos elegir sabiendo qué compramos.

Usted tiene el poder
¡Profeco lo respalda!

Profeco

tecno adicción

Foto José Rodríguez

Por Walter Jasso Anderson

Si le cuesta mucho trabajo **apartarse** de sus aparatos **tecnológicos**, sea la computadora, el celular, la consola de videojuegos o el PDA, quizá podría estar cerca de **experimentar** uno de los **desórdenes de conducta** cada vez más comunes (y no poco lesivos) del siglo XXI.

El timbre polifónico suena insistente. El ruido proviene de un teléfono celular con *bluetooth*, cámara de fotos y video con resolución de tres megapixeles. Nickandro, el orgulloso propietario, contesta luego de apagar su televisor de alta definición con pantalla de plasma. Una vez que finaliza la llamada, abre la computadora portátil y navega por internet para descargar la última actualización de su videojuego favorito. Mientras, el reproductor de mp3 (con "necesarios" 80 gigabites de memoria) termina de cargarse.

Después de responder los 19 correos electrónicos que encontró en su buzón, Nickandro (Nick, para los íntimos) entra al chat, conversa durante una hora con siete ciberamigos –a quienes, por cierto, no conoce en persona. Alguno de ellos le cuenta que dentro de dos semanas saldrá a la venta un nuevo modelo de PDA que reconoce los estados de ánimo de su dueño con sólo registrar su voz. Nick se siente ansioso, mira con desdén su actual PDA (el cual posee desde hace apenas tres meses) y se imagina cómo cambiaría su vida si un nuevo "compañero" de viaje comprendiera cómo se siente cada día. En síntesis, Nick no puede controlar su compulsión por tener el último *gadget* porque es adicto a la tecnología. Y no es un caso único.

Uso tecnoilógico

Por supuesto, el caso anterior es una exageración; sin embargo, para ser un tecnoadicto no se necesita de todos esos aparatos, en ocasiones basta con un simple celular o una computadora. De hecho, en estos momentos usted podría estar al lado de un adicto a la tecnología: un estudio de los psicólogos norteamericanos Larry Rosen

Foto: José Rodríguez

y Michelle Weil –conocidos por publicar el libro *Technostress* en 1997– estima que entre 10 y 20% de los usuarios de tecnología en el mundo serían adictos a ésta.

Debido a su plena incorporación a la vida cotidiana, resulta fácil atiborrarse de instrumentos tecnológicos para la oficina y el hogar, antes de darse cuenta de que se están sobreutilizando. Así, puede perderse de vista la línea que divide el empleo racional de la tecnología y el abuso obsesivo de la misma.

Aunque la tecnología hace mucho más fácil la vida, de acuerdo con el maestro Francisco Gutiérrez Rodríguez, director del Centro de Evaluación e Investigación Psicológica de la Universidad de Guadalajara, su uso inadecuado también puede convertirse en un problema de salud mental.

Este especialista en el tema define la adicción a la tecnología como una necesidad imperiosa, desmesurada y muy recurrente de emplear uno o varios aparatos electrónicos, tales como computadoras (internet incluido: páginas web, salas de chat, servicio de mensajería instantánea, cámaras web y compras electrónicas compulsivas), así como celulares, reproductores portátiles de música y video, televisores/DVDs, videojuegos, PDAs, etcétera, a tal punto que interfieren con el curso de las actividades cotidianas de una persona en el área laboral, social, escolar, económica y/o familiar.

Y es que, convencionalmente, las relaciones interpersonales (afectivas, comerciales o laborales) se establecían a través de una interacción personal, pero hoy la tecnología permite reemplazar este trato directo por uno indirecto, impersonal y vacío, con el peligro latente de que se corrompa el objetivo de la tecnología como un medio que acorta las distancias entre los individuos, para convertirse en una forma de aislamiento social.

El problema se agudiza debido a que la tecnoadicción no se detecta tan fácilmente, pues la sociedad moderna acepta sin muchos aspavientos el uso excesivo de la tecnología, a pesar de que produce efectos tan diversos como la ya mencionada disminución en las habilidades sociales (merma en la interacción "cara a cara"), un estado de ansiedad cuando el aparato tecnológico no se utiliza, problemas económicos resultado de los gastos para adquirir tecnología, e incluso problemas físicos por estar demasiado tiempo "conectado" con un aparato, por ejemplo, con la computadora: mala postura, fatiga visual, síndrome de ojo seco, migrañas frecuentes, etcétera.

¡Lo quiero ya!

Un tecnoadicto dedica demasiado tiempo, energía y atención al uso de tecnología, en detrimento de otras esferas de su vida. Pero existen otras consecuencias aún más severas: los trastornos psicológicos, por ejemplo, la obsesión generada por adquirir los más modernos aparatos conforme salen al mercado. Aunque cabe resaltar que no todos los coleccionistas de

Para **desconectarse**

Aquí le damos algunas sugerencias que le pueden servir si desea "desintoxicarse" de la saturación tecnológica:

1. **Adopte** un tiempo límite de navegación en la red. Conviene programarse y seguir un horario de desconexión.
2. **Establezca** un horario para apagar el celular.

Fuente Usuarios de Internet en México 2007. Asociación Mexicana de Internet, A.C. (AMIPCI

tecnología necesariamente tienen esta disfunción. De acuerdo con expertos españoles en la materia, para que el gusto por lo nuevo llegue a considerarse una adicción, debe desequilibrar algún aspecto de la vida del individuo, por ejemplo, cuando éste gasta más dinero de lo presupuestado o decide abandonar sus relaciones sociales y/o laborales por la tecnología; pero si no interfiere de manera negativa en su vida, la situación está controlada.

Sin embargo, ¿de dónde surge esa "necesidad"? En un mundo tan saturado de satisfactores desechables, donde la tolerancia a la frustración es cada vez menor, comprar se ha convertido en una deliciosa recompensa rápida. Esa satisfacción efímera es la que motiva a una persona a conseguir el siguiente aparato tecnológico, lo que establece un círculo vicioso de búsqueda de satisfactores y, por lo tanto, de más compras.

Así la persona acaba requiriendo una "dosis" frecuente de tecnología, aunque difícilmente logrará apaciguarse y estar conforme, pues cuando recién adquiere lo último de lo último, ese producto, a sus ojos, ya se volvió obsoleto porque en camino viene algo "mejor", independientemente de si conviene a sus necesidades reales de consumo, y a su bolsillo.

A decir del maestro Francisco Gutiérrez, esta nueva adicción es más peligrosa entre los más jóvenes, ya que seis de cada 10 niños y adolescentes corren el riesgo de volverse tecnoadictos. Contar con el últi-

3 **Impóngase** horarios de consulta para el correo electrónico y conteste los mensajes según su prioridad e importancia. No tema utilizar la tecla de "borrar".

4 **Reflexione** seriamente acerca de la pertinencia o no de adquirir un aparato tecnológico; analice si en verdad cubre sus necesidades o si se trata de un deseo superfluo.

5 **Tómese un día** a la semana en el que se desconecte completamente de la tecnología. No revise sus correos, ni use su celular y tampoco navegue por internet.

6 **De vez en cuando**, en lugar de enviar un mensaje electrónico o instantáneo a alguien, opte por llamarle por teléfono o visitarlo.

Fuente www.noticiasdot.com

"Celularitis"

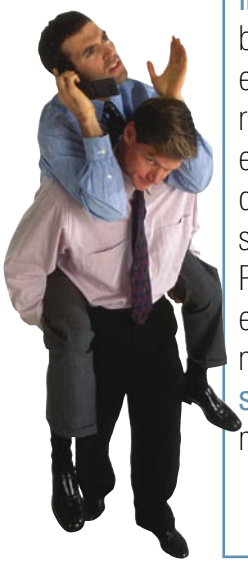
Según un informe de la empresa de telecomunicaciones estadunidense Wireless Work, presentado en 2005, el 63% de los consumidores de todo el mundo no prestaría su celular a nadie, y el 78% duerme junto a él.

En México, existen alrededor de 63 millones de teléfonos celulares en uso, una impresionante cantidad que deja ver el impacto económico y cultural de estos dispositivos, que se han vuelto indispensables para un alto porcentaje de la población de todos los estratos sociales.

Durante días festivos y fines de semana, se envían 55 millones de mensajes diarios por celular en nuestro país, mientras que a lo largo de días normales, los SMS llegan a fluctuar entre 35 y 38 millones.

Así como el teléfono celular permite una comunicación instantánea y práctica, también puede llegar a interferir en la vida cotidiana y en las relaciones interpersonales si se emplea excesivamente, por lo que es recomendable moderar su utilización.

Recuerde que el mejor celular es aquel que se adapta a sus necesidades, sin importar cuán sofisticado o reciente sea el modelo elegido.



Fuentes Usuarios de Internet en México 2007, Asociación Mexicana de Internet, A.C. (AMIPCI) • www.noticiasdot.com • www.latinia.com/mk_mexico/index.jsp

mo celular, con el videojuego de moda o con el reproductor MP3 con mayor capacidad, podría ser la diferencia entre pertenecer o no a un grupo social, por lo que la labor educativa de los padres resulta fundamental para enseñarles a distinguir entre lo inútil, lo necesario, y lo indispensable.

¿Es usted un verdadero tecnoadicto?

Este desorden se presenta en personas de cualquier edad, es bastante común, por lo que quizá conozca a alguien así... si no es que usted mismo pasa por situaciones cotidianas como desatender de manera constante a una persona con quien está conversando por recibir y responder un mensaje de texto por vía celular, contestar su teléfono en plena función de cine o en una junta de trabajo, conectarse a internet sólo para "revisar el correo"y, sin darse cuenta, pasar varias horas frente a la computadora; sentir que algo esencial le falta cuando pasa un día sin entrar al chat, si olvida el celular, o cuando nadie le llama.

¿Y eso basta para ser un ciberadicto? De acuerdo con el investigador de la U. de G., para saber si usted o alguno de los suyos padece adicción a la tecnología, deben presentarse por lo menos cinco de los siguientes síntomas durante un mínimo de seis meses:

1. Exposición de más de seis horas diarias a equipo tecnológico, con excepción de una necesidad real por cuestiones laborales.
2. Disminución importante en la capacidad y en los hábitos de socialización.
3. Ansiedad excesiva ante la dificultad de usar a diario equipo tecnológico (síndrome de abstinencia).
4. Inadaptación en diversas áreas de la vida social, familiar y personal.
5. Necesidad recurrente de contar con equipo tecnológico sofisticado y de aparición reciente.
6. Cambios importantes en los patrones de vida cotidianos debido a la exposición prolongada a nuevas tecnologías; gran parte del día, el pensamiento gira en torno al momento de usar algún aparato.
7. Cambios importantes en el estado de ánimo relacionados con la adquisición o pérdida de equipo tecnológico.
8. Los cambios en el comportamiento no se explican por la presencia de algún padecimiento psiquiátrico, enfermedades, ni consumo de sustancias.
9. Alteraciones en los patrones habituales de sueño o de la conducta alimenticia debido al uso de las tecnologías.

En su búsqueda interminable de satisfacción a través de la tecnología, el tecnoadicto puede terminar frustrado, ansioso y más insatisfecho que al principio. Si alguien que usted conoce cumple con los síntomas y las condiciones anteriores, no estaría de más que le recomiende consultar a un especialista en psicología.

Sin duda, es posible reaprender a utilizar la tecnología moderando su consumo y entendiéndola como una herramienta, un medio maravilloso para lograr el conocimiento, el esparcimiento y el mejoramiento personal, y no como un fin en sí misma.

Así, viene a cuento la siguiente frase de Albert Einstein: "¿Por qué esta magnífica tecnología científica, que ahorra trabajo y nos hace la vida más fácil, nos aporta tan poca felicidad? La respuesta es: porque aún no hemos aprendido a usarla con tino".

Fuentes Entrevista con el maestro Francisco Gutiérrez Rodríguez, director del Centro de Evaluación e Investigación Psicológica de la Universidad de Guadalajara • www.es.wikipedia.org/wiki/Adicción_a_Internet • www.news.bbcco.uk/hi/spanish/science/newsid_5345000/5345278.stm • www.lavanguardia.es • www.microasist.com.mx/noticias/tp/achtp100605.shtml • *El País*, 5 de marzo de 2006

www.profeco.gob.mx

- Comportamiento comercial de las empresas
- Información sobre quejas y denuncias
- Resultados de los estudios de calidad del Laboratorio
- Artículos de la Revista del Consumidor
- Quién es quién en los precios y en el envío de dinero de EU a México
- Ubicación de nuestras delegaciones
- Ley Federal de Protección al Consumidor
- Tecnolgías Domésticas
- Platillos Sabios

Profeco

¿Educación o negocio?

Más universidades “patito”

Por José Armando Aguilar

Foto archivo

Foto archivo

De las más de 2 mil 600 universidades particulares que hay en México, sólo 80 han comprobado su calidad ante la Federación de Instituciones Mexicanas Particulares de Educación Superior, y apenas 903 cuentan con reconocimiento de validez oficial otorgado por la Secretaria de Educación Pública. Ante este panorama, ¿cómo hacer la mejor elección?

Hace exactamente cuatro años, publicamos en nuestra edición de julio de 2003 un reportaje sobre las llamadas universidades "patito". En aquel entonces, mencionamos que había más de mil instituciones privadas de nivel superior que no acreditaban su calidad académica, por lo que eran calificadas como "verdaderas incógnitas que desprestigian la educación superior impartida por los particulares". A ocho semestres de distancia (tiempo que suele durar una carrera universitaria), ¿las instancias encargadas de garantizar la calidad educativa ya se titularon, tienen que recursar o de plano desertaron?

"Rechazados" a la vista

Pues sí, el *boom* de las escuelas particulares de educación superior en los últimos años continúa, y el número de alumnos inscritos en estas universidades así lo refleja: en números redondos, en el año 2000 contaban con 466 mil alumnos; cinco años después la cifra aumentó a 800 mil (vea el recuadro"Alumnos, alumnos... ¡más alumnos!").

En la actualidad se calcula que alrededor de 32% de los estudiantes que cursan ese nivel educativo en México lo hacen dentro de instituciones particulares de educación superior (IPES).

Al parecer, el principal detonador de este crecimiento es la incapacidad de las instituciones públicas para satisfacer la demanda de los jóvenes que desean ingresar a ellas. En su primera etapa de selección 2005, la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) registró 102 mil aspirantes de los que sólo fueron aceptados nueve mil.

Por su parte, el Instituto Politécnico Nacional (IPN) aplicó su examen de admisión 2007 a más de 70 mil jóvenes que buscaban lugar dentro de una matrícula con sólo 21 mil sitios disponibles. De igual manera, la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM) reporta que cada año entre 50 y 60 mil estudiantes compiten por uno de los 10 mil a 12 mil lugares que esta institución ofrece.

Pero no se trata de un fenómeno exclusivo de las grandes instituciones públicas de educación superior conocidas en todo el país: con frecuencia las universidades públicas de los estados alcanzan índices de no aceptación superiores al 50%.

Sin embargo, al respecto deben considerarse algunos "atenuantes", como que muchos estudiantes realizan el examen de admisión tres, cuatro y más de cinco veces; que una buena cantidad hace la prueba en más de una institución y que son demasiados los que buscan la misma carrera (lo que dificulta que sean elegidos). De cualquier forma, el resultado es un hecho insoslayable: año tras año, miles y miles de alumnos rechazados tienen que buscar otras opciones. Y son precisamente ellos quienes representan la mayor parte del mercado que las IPES pretenden satisfacer.

Por tanto, no resulta tan difícil de creer que mientras en 1995 había 402 planteles, para el 2000 ya existían

Se calcula que alrededor de **32%** de los **estudiantes** que cursan el **nivel superior** educativo en **México** lo hacen en **instituciones particulares** de **educación superior** (IPES).

Foto archivo

Cómo identificar a las “patito”

Si bien es cierto que existen escuelas de educación superior privadas que, aunque sean pequeñas, se preocupan y cumplen con formar profesionistas de calidad, éstas son algunas características que le permitirán identificar a las instituciones que podrían ser “patito”.

1. Son escuelas enfocadas hacia las carreras de mayor demanda, como derecho, contaduría, administración, informática, ciencias de la comunicación e ingenierías en computación e industrial.

2. La gran mayoría de los profesores son contratados por horas.

3. No llevan a cabo programas de investigación. De hecho, la investigación requiere de inversiones que una escuela que busca únicamente el lucro no está dispuesta a realizar.

4. Las áreas de estudio elegidas para impartirse son aquellas en las que es posible ofrecer una enseñanza de bajo costo, sin necesidad de equipos costosos.

5. La institución cambia las carreras o los nombres de éstas: si la demanda disminuye en una, es sustituida por otra carrera.

6. En el sentido profundo del término, las universidades “patito” no tienen nigún compromiso con el interés público o con la idea de servir a la sociedad. Las verdaderas universidades han enfatizado el servicio como una responsabilidad clave.

Recuerde, la sugerencia es que ante estos indicios, usted debe “encender la luz amarilla” y aplicar las recomendaciones que le señalamos al final del texto (que debieran tenerse en cuenta en todo momento).

742, hasta llegar a 2 mil 613 escuelas privadas de educación superior en el año lectivo 2005-2006 según la Secretaría de Educación Pública.

Y es que ante la falta de oportunidades, ¿quién se va a negar al llamado de instituciones que ofrecen “justo lo que tú necesitas”?, como horarios flexibles, educación a distancia, sin tareas, mucho tiempo libre para trabajar o divertirse, excelentes instalaciones y/o un plantel cerca de casa.

El maestro Francisco Lejarza Gallegos, presidente de la Federación de Instituciones Mexicanas Particulares de Educación Superior (FIMPES) reconoce que “la proliferación de las universidades pequeñas es inmensa”, y buena parte de ellas son pequeñas instituciones que en promedio ofrecen sus servicios a

En el sentido profundo del término, las universidades “**patito**” no tienen nigún **compromiso** con el **interés público** o con la idea de **servir** a la **sociedad**. Las **verdaderas universidades** han **enfatizado** el **servicio** como una **responsabilidad clave**.

Foto archivo

Foto archivo

100 alumnos o menos. Pero, ¿esto es bueno o malo? Depende de la perspectiva.

¿Existen las universidades "patito"?

"La educación superior privada se ha convertido en un negocio de particulares que opera estrictamente bajo las reglas del mercado y no, como dice la ley, de acuerdo con un interés público. Los únicos afectados por esta visión mercantilizada de la educación son, al fin y al cabo, los alumnos, que en su mayoría son estafados año con año por pseudoinstituciones cuyo único objetivo es el enriquecimiento de particulares". Esta es la principal conclusión del estudio *De la privatización a la mercantilización de la educación superior*, presentado el año pasado por la Academia Mexicana de Ciencias y el entonces Centro de Estudios sobre la Universidad (CESU), que hoy se llama Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación (IISUE) de la UNAM.

En el texto de 124 páginas, los investigadores coordinados por el doctor Axel Didrikson, ex director del CESU, documentan lo que ellos consideran un crecimiento caótico y desregulado de las IPES: "Desde la última década del siglo XX a la actualidad, se está presentando una marcada tendencia hacia la mercantilización de los servicios de educación superior".

Sin embargo, para el licenciado Héctor Navarro Pérez, director de Instituciones Particulares de Educación Superior de la Secretaría de Educación Pública, la anterior es una visión que sólo colabora al divorcio que hay entre universidad pública y privada: "No se trata de tener dos sistemas, se trata de tener un sistema de educación superior unificado, en el que no importe si una escuela es pública o privada". Además, para Héctor Navarro, el término universidades "patito" no es más que una forma de llamar a las instituciones "de mala calidad y a las poco conocidas".

Entonces la pregunta es: ¿existen las universidades "patito", esas que, según se lee en el estudio realizado por el CESU, consideran al sector educativo como una mercancía más?

El maestro Francisco Lejarza, presidente de la FIMPES, opina: "Yo diría más bien que se trata de universidades pequeñas que son necesarias porque cobran una cantidad que está de acuerdo con la sociedad que están sirviendo. Prefiero eso a tenerlos (a los estudiantes) afuera de una escuela y que estén haciendo otro tipo de cosas." Y agrega: "Viéndolo desde un perspectiva positiva, no hay tal problema con la universidad 'patito', es como la necesidad que hay de los microbuses que son chatarra, sin embargo son necesarios".

En contraste, Bolivar Huerta, ex investigador del CESU y participante en el estudio antes mencionado, considera que las universidades "patito" sí existen y siguen proliferando "a costillas de la gente

Las **instituciones particulares** de **educación superior** no requieren de **autorización previa** por parte de **autoridad educativa** alguna para **poder operar**. Sin embargo, **si** lo **solicitan**, pueden **obtener** el **Reconocimiento** de **Validez Oficial de Estudios** (**RVOE**) para los **planes** y **programas** que deseen **impartir**.

Foto archivo

RVOE y publicidad

La Ley General de Educación establece que las instituciones particulares que impartan estudios con Reconocimiento de Validez Oficial deben mencionarlo en la documentación que expidan y en la publicidad que hagan. Si usted no ve una leyenda que indique su calidad de incorporada, el número y la fecha del acuerdo respectivo, así como la autoridad que lo otorgó, se puede presumir que la institución carece de cualquier validez oficial.

de bajos recursos que cada vez que paga una colegiatura, deja de comprar una tele o un refrigerador para pagar unos estudios que a fin de cuentas serán dinero tirado a la basura".

Sin RVOE mil 128 escuelas

Las instituciones particulares de educación superior no requieren de autorización previa por parte de autoridad educativa alguna para poder operar. Sin embargo, si lo solicitan, pueden obtener el Reconocimiento de Validez Oficial de Estudios (RVOE) para los planes y programas que deseen impartir.

Este trámite puede realizarse ante la Secretaría de Educación Pública o ante las secretarías de educación de los estados. Para obtener el RVOE, la Ley General de Educación señala que el particular debe cumplir con tres requerimientos genéricos: personal académico que satisfaga los requisitos establecidos por la autoridad educativa, planes y programas de estudio que la autoridad considere procedentes, así como instalaciones que cumplan con las condiciones higiénicas, de seguridad y pedagógicas.

De no obtener el RVOE para sus planes, la escuela particular no podrá otorgar el título ni la cédula profesional correspondientes cuando sus alumnos concluyan sus estudios, por lo que éstos no serán válidos oficialmente; en ese caso, las instituciones sólo podrán expedir diplomas sin reconocimiento de ninguna autoridad educativa.

Entonces, ¿el RVOE es una garantía de calidad educativa? Para Héctor Navarro la respuesta es sí, "puesto que las instituciones que lo obtuvieron cumplieron con los requisitos establecidos para obtenerlo y mantenerlo. El reconocimiento es bueno y es una garantía para la sociedad".

De **no obtener** el **RVOE**, la **escuela particular no podrá otorgar** a sus alumnos el **título** y la **cédula profesional** correspondientes cuando **terminen** sus **estudios**, por lo que éstos **no serán válidos oficialmente** y las instituciones **sólo podrán expedir diplomas sin reconocimiento** de **ninguna autoridad educativa**.

Foto archivo

Alumnos, alumnos... ¡más alumnos!

El siguiente cuadro muestra el crecimento de la matrícula (número de estudiantes) de las IPES desde 1970:

Año	Alumnos
1970	27,276
1980	118,999
1985	151,077
1990	187,819
1995	274,186
2000	466,677
2005-2006	799,615

Fuentes Estudio *De la privatización a la mercantilización de la educación superior* • Estudio Desarrollo y heterogeneidad de las instituciones de educación superior particulares • www.sep.gob.mx

Para el presidente de la FIMPES la clave es la confianza: "De alguna forma son confiables, porque no tenemos a nadie más y debemos confiar en nuestras instituciones. La federación y las secretarías estatales son confiables, lo que sucede en ocasiones es que algunos gobernadores al salir lanzan los permisos. Yo diría que es un volado: de repente la escuela es muy buena o puede ser un fraude".

En cambio, para el investigador Bolívar Huerta no hay más, el RVOE no funciona: "No es ninguna garantía: cualquiera se puede 'fusilar' los planes y programas de estudio de una institución reconocida, pero eso no significa que vayan a impartir bien los contenidos. Los dan (se refiere a los reconocimientos) como si fueran enchiladas", subraya.

Por su parte el doctor Carlos Muñoz Izquierdo, director del Instituto de Investigaciones para el Desarrollo de la Educación de la Universidad Iberoamericana, considera que "el RVOE que otorga la SEP es aceptable. La situación ha mejorado porque hemos observado que la SEP canceló algunos RVOEs que claramente carecían de suficiente fundamento. El problema es que el RVOE no sólo es otorgado por la SEP federal, sino también por las secretarías de educación de los estados, lo que ha originado una falta de homogeneidad en los criterios aplicables. Ante esta situación, es indispensable homologarlos para lograr que cualquier RVOE signifique lo mismo en todo el país".

A pesar de la importancia que tiene el RVOE, de acuerdo con Héctor Navarro, director de Instituciones Particulares de Educación Superior de la Secretaría de Educación Pública, sólo 903 planteles cuentan al menos con uno (las instituciones educativas deben tener un RVOE por cada plan de estudios que imparten) otorgado por la autoridad federal, y representan alrededor de 80% del total de planteles con RVOEs en todo el país.

Si se cruzan las cifras proporcionadas por el funcionario de la SEP y el dato oficial de 2 mil 613 escuelas superiores privadas en el país, resulta que mil 128 escuelas son una incógnita para las autoridades federales y estatales: "Al no estar registradas, no es posible conocer su existencia", admite Héctor Navarro.

¿Quiénes más garantizan la calidad educativa?

Además de las secretarías de educación pública de todo el país, existen otras instancias que se encargan de vigilar la calidad de los servicios educativos que prestan los particulares:

1. La FIMPES cuenta con 113 universidades afiliadas que, aseguran, dan servicio a 450 mil alumnos, lo

El "chiste" de llamarse universidad

Según el Acuerdo número 279 de la SEP, en el que se establecen los trámites y procedimientos relacionados con el reconocimiento de validez oficial de estudios de tipo superior, las instituciones donde se imparte enseñanza a ese nivel deben "**omitir utilizar el término universidad, a menos que ofrezcan por lo menos cinco planes de estudios de licenciatura o posgrado, en tres distintas áreas del conocimiento, una de las cuales deberá ser del área de humanidades**".

Foto archivo

que significaría que atienden a más de la mitad de los alumnos inscritos en el nivel superior. Esta Federación cuenta con "el único sistema de acreditación institucional que existe. No hay otra acreditadora institucional en la República Mexicana más que FIMPES: vemos todos los aspectos de una universidad", asegura Francisco Lejarza.

Dicho sistema otorga distintos tipos de acreditación, desde la acreditación con condiciones (donde la escuela cumple con los mínimos estándares de calidad y tiene fallas que debe corregir) hasta la acreditación lisa y llana (en la que además de obtener la acreditación sin observaciones, la institución reúne un porcentaje mínimo –33%– de profesores con un grado académico superior al que están enseñando). Sólo 80 de las 113 instituciones que conforman la FIMPES tiene algún grado de acreditación, un número ínfimo si tenemos en cuenta que en el país existen más de 2 mil 600 IPES.

Además, la acreditación de la FIMPES tampoco se salva de cuestionamientos. El doctor Carlos Muñoz Izquierdo, coordinador del estudio *Desarrollo y heterogeneidad de las instituciones de educación superior particulares*, opina: "Ese sistema de acreditación no es necesariamente el más confiable, ya que, si bien es cierto que los estudios a los planteles son validados por técnicos externos a las propias instituciones, la decisión final está en manos (directamente o por delegación) de los rectores de las demás instituciones particulares afiliadas".

2 También las universidades públicas y autónomas pueden avalar los planes y programas de estudios. Está el ejemplo de la UNAM (a la que nadie cuestiona), que otorga la incorporación a instituciones particulares, siempre y cuando tengan planes,

Sólo **80** de las **113 instituciones** que conforman la **FIMPES** tiene algún **grado** de **acreditación**, un número ínfimo si tenemos en cuenta que en el país existen más de **2 mil 600 IPES**. Además, la **acreditación** de la **FIMPES** tampoco se **salva** de **cuestionamientos**.

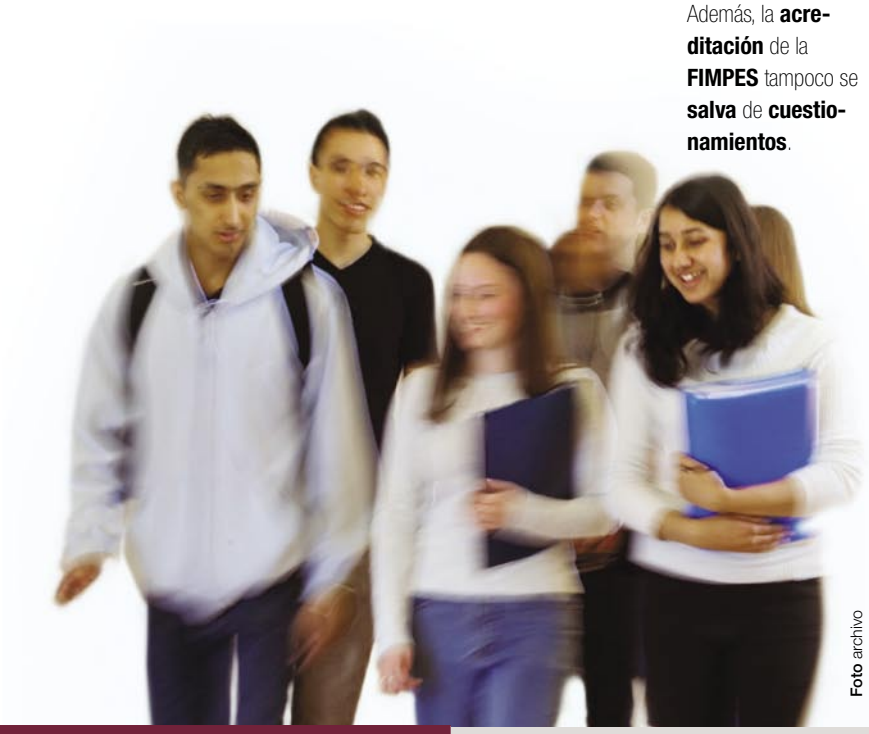
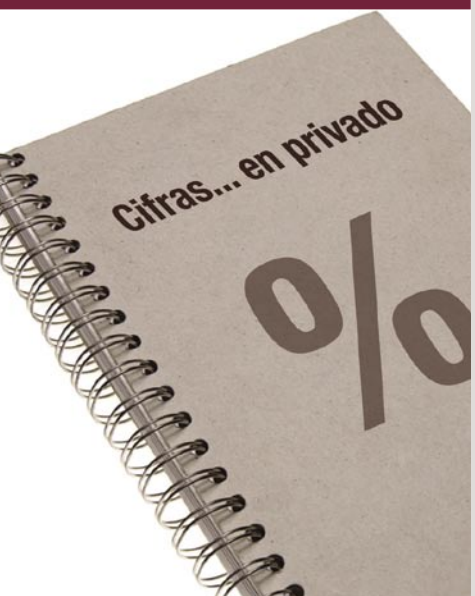


Foto archivo



7

Siete estados concentran casi el 50% de las Instituciones Particulares de Educación Superior (IPES) del país: Distrito Federal, Guanajuato, Jalisco, Estado de México, Nuevo León, Puebla y Sinaloa.

Cerca del **80%** de los **maestros** que imparten clases en instituciones particulares son **contratados** por **horas**.

En **1995**, **uno** de cada **cinco alumnos** de **licenciatura estudiaba** en una **institución particular**. Actualmente se calcula que lo hace **uno** de cada **tres**.

Sólo el **10%** de los **académicos** de las **IPES** cuentan con un **contrato** de **tiempo completo**, mientras que en las **IES públicas** lo tiene el **40%**.

Fotos archivo

De **1994** al **2005**, **por** cada **nueva institución pública** se **crearon 3.5 nuevas escuelas particulares**.

En el **mismo periodo**, la **tasa** de **crecimiento** de las **IPES** en estados como Campeche, Guerrero, Hidalgo, Morelos, Nayarit y Quintana Roo fue **mayor** al **1000%**.

Fuente *Estudio De la privatización a la mercantilización de la educación superior*

programas y métodos que se puedan equiparar a los vigentes en la Universidad. Así pues, el que una escuela privada cuente con incorporación a la UNAM, garantiza al consumidor que los estudios incorporados tienen validez dentro del Sistema Educativo Nacional, y que son los mismos programas que se imparten en la propia Universidad Nacional, los cuales han sido estructurados con un alto rigor académico que avala la formación integral del alumno.

3 El Consejo para la Acreditación de la Educación Superior (Copaes) es otra de las instancias que, al parecer, no levanta discrepancias. El Copaes se encarga de conceder reconocimiento oficial a los organismos acreditadores para que éstos puedan realizar la evaluación de los programas que se imparten a nivel superior. En Copaes, usted puede encontrar organismos tan diversos como el Consejo Nacional de Educación de la Medicina Veterinaria y Zootecnia, y el Consejo Mexicano de Acreditación de la Enseñanza de la Arquitectura.

Finalmente, hay quien le llama sistema nacional de evaluación o consejo nacional de evaluación educativa o sistema unificado de educación superior, pero hay algo en lo que todos los especialistas consultados coinciden: en la necesidad de crear una entidad que agrupe a las ya existente, que homologue criterios y que evalúe de manera objetiva y eficaz si se va en el camino correcto hacia la calidad en la educación superior, tanto pública como privada.

En qué fijarse

Mientras los estudiosos del tema, las autoridades y la iniciativa privada logran ponerse de acuerdo, parece que la mejor recomendación es no dejarse llevar por la necesidad de obtener un título a cualquier precio. Ocupe el tiempo necesario para buscar las referencias de calidad aquí señaladas, compare, pregunte, averigüe. Aquí cobra especial importancia la participación del estudiante, quien debe convertirse en un insaciable investigador de instituciones y programas de estudio. Recuerde que va a invertir algo más que dinero.

Le presentamos algunos puntos que seguramente le ayudarán a realizar una elección adecuada:

- Para verificar que la institución que le interesa está incorporada a la UNAM, visite la página en internet **www.dgire.unam.mx**, dé clic en "sistema incorporado" y encontrará toda la información que necesita.
- Consulte la página en internet de Copaes, ahí encontrará todos los organismos acreditadores y los programas acreditados: **www.copaes.gob.mx.**
- Para asegurarse de que el programa de estudios que quiere cursar cuenta con Reconocimiento de Validez Oficial expedido por la SEP, envíe un correo electrónico a **hnavarro@sep.gob.mx.** Recuerde que es un RVOE por programa de estudio (no por institución), y que si el RVOE fue otorgado por una secretaría de educación estatal, tendrá que acudir a la que corresponda. También puede visitar la página en internet **http://ses4.sep.gob.mx,** ahí encontrará información muy interesante relacionada con la educación superior.
- En el caso de la acreditación que otorga la FIMPES, puede encontrar toda la información en la siguiente página **www.fimpes.org.mx.**
- Revise la plantilla de profesores, pregunte sobre sus estudios y si son personas reconocidas en su ámbito profesional.
- Visite las aulas, la biblioteca, la sala de cómputo, los laboratorios y todos los sitios que le resulten de interés para ver si cumplen con sus expectativas.
- No descarte las referencias: pregunte a los egresados o a los alumnos de grados avanzados acerca de su experiencia en la vida laboral, qué opinan ahora de la institución, etcétera.
- Al inscribirse en una universidad privada, usted también contrata un servicio, por lo que si la institución no respeta las colegiaturas acordadas, le quiere cobrar de más, utiliza publicidad engañosa o incurre en cualquier irregularidad contemplada por la Ley Federal de Protección al Consumidor, usted puede solicitar la ayuda de **Profeco.**

Fotoarte Roberto Paz

Al **inscribirse** en **una universidad privada**, usted también **contrata** un **servicio**, por lo que si la **institución no respeta** las **colegiaturas acordadas**, le quiere **cobrar** de **más**, utiliza **publicidad engañosa** o incurre en cualquier **irregularidad contemplada** por la **Ley Federal** de **Protección al Consumidor**, usted puede **solicitar** la **ayuda** de **Profeco**.

Fuentes Entrevistas con Maestro Francisco Lejarza Gallegos, presidente de la Federación de Instituciones Mexicanas de Educación Superior (FIMPES) • Licenciado Héctor Navarro Pérez, director de Instituciones Particulares de Educación Superior de la Secretaria de Educación Pública • Doctor Carlos Muñoz Izquierdo, director del Instituto de Investigaciones para el Desarrollo de la Educación de la Universidad Iberoamericana • Bolivar Huerta, ex investigador de CESU • *Estudio de la privatización a la mercantilización de la educación superior*, Axel Dridikson et al., 2006 • Estudio *Desarrollo y heterogeneidad de las instituciones de educación superior particulares*, Carlos Muñoz Izquierdo et al., ANUIES, 2004 • www.sep.gob.mx

Útiles
Escolares

Con la finalidad de ayudarle en la nada sencilla tarea de adquirir los útiles escolares que integrarán la mochila de sus hijos, y como parte del programa anual de regreso a clases, el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor realizó un estudio de calidad de los principales útiles escolares que conforman la lista recomendada por la SEP. Se incluyeron cuadernos de forma profesional (plastificados y no plastificados), reglas de 30 cm (de plástico, metal y madera), bolígrafos, lápices para escritura, plastilinas, crayones, lápices adhesivos, pegamentos blancos, gomas y tijeras.

Es tal la diversidad de marcas, modelos y calidades de útiles escolares que el mercado nacional ofrece a la venta para este regreso a clases, que nos dimos a la tarea de analizar la calidad de estos productos.

El principal atributo que se valoró en todos ellos fue el desempeño –evaluado de acuerdo con su tipo–, además de sus acabados y de la información que ofrecen al consumidor y, según las características propias de cada producto, en aquellos en los que se consideró necesario, también se analizó su toxicidad, sin que se detectaran niveles de riesgo para el ususario en los productos analizados. Las tablas de resultados indican las pruebas especiales a las que fue sometido cada producto.

Ficha técnica

- **Periodo de análisis:** 6 de marzo a 18 de abril de 2007.
- **Periodo de muestreo:** 5 de marzo a 4 de abril de 2007.
- **Marcas / modelos analizados:** 124 / 182
- **Pruebas realizadas:** 3,822

Normatividad

Para la realización del presente estudio se tuvieron como referencia las siguientes Normas:

NOM-002-SCFI-1993. Productos preenvasados. Contenido neto, tolerancias y métodos de verificación.
NOM-015/1-SCFI-1994. Seguridad e información comercial en juguetes. Seguridad de juguetes y artículos escolares. Límites de biodisponibilidad de metales en artículos recubiertos con pinturas y tintas. Especificaciones químicas y métodos de prueba.
NOM-030-SCFI-2006. Información comercial. Declaración de cantidad en la etiqueta. Especificaciones.
NOM-040-SCFI-1994. Instrumentos de medición. Instrumentos rígidos. Reglas graduadas para medir longitud.
NOM-050-SCFI-2004. Información comercial. Etiquetado general de productos.
NOM-140-SCFI-1999. Artículos escolares. Tijeras. Especificaciones y métodos de prueba.
NMX-N-053-1980. Artículos para escritura. Bolígrafos y rodaplumas, balas, o bolas de acero inoxidable y carburo de tungsteno. Especificaciones.
NMX-N-058-1986. Tintas y artículos para escritura. Plumas fuente, bolígrafos, plumones, marcadores y rodaplumas.
ANSI Z356.1-1994. Art and Craft Materials. Crayons.
NMX-N-090-SCFI-2005. Industrias de celulosa y papel. Cuadernos, blocks y libretas de papel bond. Especificaciones.
NMX-N-004-SCFI-2005. Industrias de celulosa y papel. Determinación de brillantez o reflectancia direccional a 427 nm (blancura) de papeles y cartones. Métodos de prueba.
NMX-N-001-SCFI-2005. Industrias de celulosa y papel. Determinación del gramaje o peso base del papel, cartoncillo y cartón (peso por unidad de área). Método de prueba.
Método Tappi No. T-459. Determinación de la resistencia superficial del papel.
Método Tappi No. 441. Determinación del nivel de permeabilidad de las pastas.
NMX-N-86-1983. Productos para oficinas y escuelas. Lápices de grafito.
NMX-N-061-C-1981. Artículos para escritura. Puntillas de grafito. Especificaciones.
Procedimientos internos del Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor.

Pegamento blanco y lápices adhesivos

En cuanto a **pegamento blanco** y **lápices adhesivos**, se verificó su desempeño de pegado en papel no sólo a temperatura ambiente (20°C a 25°C), sino también a bajas y altas temperaturas (de 5°C a 38°C). Se detectaron variaciones significativas en el comportamiento de marca a marca, que se pueden observar en la tabla respectiva, y que hay que tener en cuenta a la hora de la compra.

Otro punto importante a tener en cuenta en los **lápices adhesivos** es la cantidad de adhesivo útil, ya que aunque algunos cumplen con el contenido neto declarado (e incluso lo sobrepasan) la cantidad de pegamento que se queda en la base del lápiz y que no se puede ocupar puede ser considerable.

Foto José Rodríguez

Lápices adhesivos

Marca / Modelo / País de origen	Contenido neto (g)	Adhesivo útil (g)	Pegado en papel	Resistencia de pegado a alta temperatura	Resistencia de pegado a baja temperatura	Usos	Evaluación global de calidad
Bic / Adhesivo en barra / Corea	8	7.9	MB	E	E	Pega papel, cartulina y fotos.	**E**
Staedtler / Noris club / Corea	8	7.3	E	B	B	No indica	**MB**
Scotch / 6008-H-SP / Corea	7	7.5	MB	MB	B	Pega papel, fotos y telas.	**MB**
Pritt / NP / México	10	10	MB	B	B	No indica	**MB**
UHU / Stic / Alemania	8	7.7	B	E	E	Pega papel, cartón, textiles, fotos, sobres y etiquetas.	**MB**
Pelikan / Pelifix / México	10	9.9	B	MB	MB	Pega papel, cartón, fotos y tejidos.	**MB**
Office Max / C6800806 / China	9	7.5	MB	B	B	Pega papel, fotografías, manualidades.	**B**
Glue stick (Chedraui) / 5020 / China	8	7	MB	B	B	No indica	**B**
Kores / Barra adhesiva / México	8	7	MB	B	B	Pega papel, cartón, fotos, cromos y tejidos.	**B**
Office Depot -Value- / 38338 / China	10	9.2	B	B	B	Pega tela, papel y cartoncillo.	**B**
Office Depot / 35515 / México	8	6.6	R	MB	E	Pega tela, papel, cartoncillo y fotografías.	**R**
Básicos / MF1028-9-1 / China	9	6.5	B	MB	MB	No indica	**R**
Premium school / C6801205 / China	9	7.9	B	D	R	No indica	**R**

E=Excelente | **MB**=Muy Bien | **B**=Bien | **R**=Regular

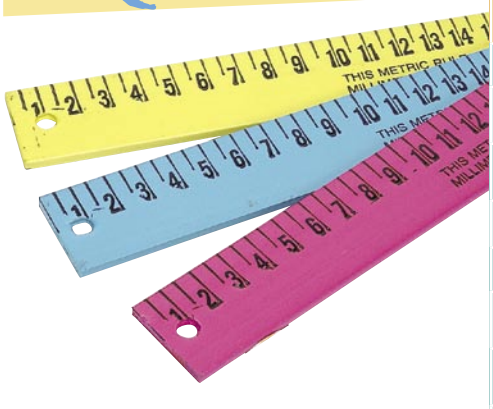
Notas:
Los modelos 5020 de Glue stick (Chedraui), Barra adhesiva de Kores y 35515 de Office Depot están ligeramente por debajo del contenido neto declarado, pero dentro de la tolerancia exigible por norma.
El modelo C6801205 de Premium School tiene 5.7% menos adhesivo que el declarado.
El modelo MF1028-9-1 de Básicos tiene 13.9% menos adhesivo que el declarado.

Pegamento blanco de 30 a 100 g

Marca / Modelo / País de origen	Contenido neto	Pegado en papel	Pegado en madera	Resistencia de pegado a alta temperatura	Resistencia de pegado a baja temperatura	Usos indicados	Evaluación global de calidad
Resistol / 850 / México	60	B	E	E	E	Pega madera, papel, cartón, tela, papel maché, cerámica y figuras de migajón.	**MB**
Bic / 9302617 / Brasil	90	B	MB	MB	MB	Pega papel, cuero, madera y tela.	**MB**
UHU / Pegamento blanco escolar / México	38	E	R	MB	MB	Pega papel, cartón y madera.	**MB**
Colorcitos / Pegamento sintético / México	60	E	R	B	MB	Pega madera, cartón, fibracel, triplay, formica y papel.	**MB**
Bully / Pegamento escolar / México	57	B	B	B	MB	Pega papel, cartón, migajón, madera, tela, fomy y fotos.	**B**
Makyco / Pegamento blanco / México	60	MB	R	B	B	No indica	**B**
Glukids / Pegamento blanco / México	60	R	R	B	MB	Pega papel, tela y cartón.	**R**

E=Excelente | **MB**=Muy Bien | **B**=Bien | **R**=Regular

Reglas



Casi el total de los modelos analizados de **reglas de 30 cm** (madera, plástico y metal) presentan algún defecto en cuanto a acabados, como son mala impresión, y presencia de rayaduras o rebabas, por lo que hay que verificar estos detalles antes de seleccionar una para su adquisición.

Reglas de plástico

Marca / Modelo / País de origen	Acabados	Linealidad del trazo	Exactitud de la escala (mm)	Evaluación global de calidad
Maped / Colores / México	E	E	E [1]	**E**
Fiskars / Regla flexible 8708 / China	E	E	E [2]	**E**
Arly / Figuras geométricas / México	MB [a, b]	E	E	**MB**
Básicos / MF20102 / China	MB [a, b]	E	E	**MB**
Baco / 5030 / México	MB [a, b]	E	E	**MB**
Premium school / C68Z0302 / China	MB [b]	E	E	**MB**
Premium school / C68Z0303 / China	MB [a]	E	E	**MB**
Petigón / No presenta / México	MB [b]	E	E	**MB**
Barrilito / RPB-01 / China	MB [a]	E	E [2]	**MB**
Pizzini (Lumen) / 1732 30 / Argentina	MB [b, c]	E	E [1]	**MB**
Silco de maped / Estudiantil / México	MB [c]	MB	E [2]	**MB**

Notas:
Información al consumidor
1. No indica unidad de medida
2. La unidad de medida se presenta en idioma inglés

Acabados:
a. Presenta defectos de impresión
b. Presenta rayaduras
c. Presenta rebabas
d. Presenta defectos en el recubrimiento

Reglas metálicas

Marca / Modelo / País de origen	Acabados	Linealidad del trazo	Exactitud de la escala	Evaluación global de calidad
Petigón / No presenta / México	Sin defectos	E	E	**E**
Silco de maped / 26035 / México	Sin defectos	E	E [2]	**E**
Acme lamusa / 1023 / México	MB [a]	E	E	**MB**
Acme lamusa / 1020 / México	MB [a]	E	E	**MB**
Danpex / R230 / México	MB [a, c]	E	E [1]	**MB**
Office Depot / 35714 / China	MB [d]	E	E [2]	**MB**
Pilot / RAS-30 / México	MB [a]	E	E [1]	**MB**

Reglas de madera

Marca / Modelo / País de origen	Acabados	Linealidad del trazo	Exactitud de la escala	Evaluación global de calidad
Adelante / 131 / México	E	E	E [1]	**E**
Office Depot / 38401 / China	MB [a]	E	E	**MB**

E=Excelente | **MB**=Muy Bien | **B**=Bien | **R**=Regular

Notas:
Información al consumidor
1. No indica unidad de medida
2. La unidad de medida se presenta en idioma inglés

Acabados:
a. Presenta defectos de impresión
b. Presenta rayaduras
c. Presenta rebabas
d. Presenta defectos en el recubrimiento

Tijeras

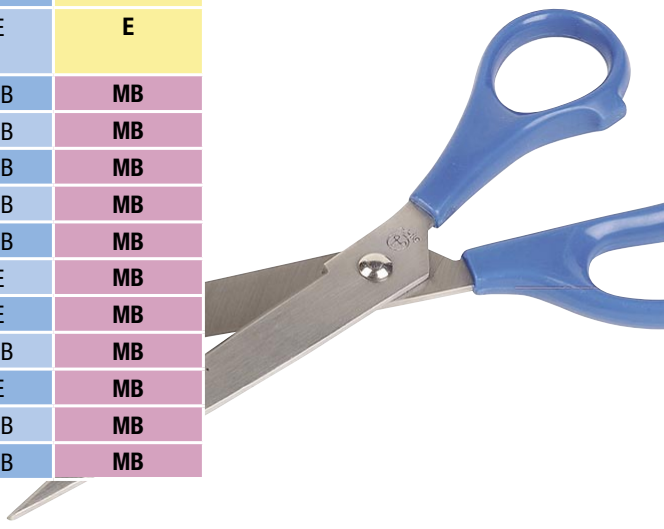
Se detectaron cinco modelos de **tijeras** que no cumplen con los parámetros de seguridad establecidos en la norma de referencia para estos productos (NOM-140-SCFI-1999); fueron los modelos **14091** de **Critters**, el **SKU #38354** de **Office Depot** y los modelos **W68 M0783** y **C68 M0467** de **Premium School**, ya que presentan un ángulo de filo en las hojas (que en las tijeras tipo escolar debe ser nulo), o porque la redondez de las puntas no es adecuada.

Cabe hacer notar que la marca **Premium School** (de venta en Gigante) tiene a la venta tres diseños de tijeras totalmente distintas con el mismo empaque y clave de modelo (**C68 M0467**), donde un diseño (cuerpo de plástico) cumple con la seguridad y dos no, como usted puede ver en las tablas. Tenga cuidado.

Cabe señalar que en estudios anteriores se reportaron tijeras que aparentaban ser escolares pero que para evitar el cumplimiento obligatorio de la norma, no se nombraban "tijera escolar o papelera escolar", sino que utilizaban nombres como "didáctica","educativa","para los primeros años", etc., que confunden al consumidor. Al realizar el presente muestreo no se encontraron productos así, pero conforme se acerque el reinicio de clases puede que aparezcan. Le recomendamos cuidarse de estos productos.

Tijeras tipo escolar

Marca / Modelo / País de origen	Verificación de material	Seguridad	Eficiencia de corte	Evaluación global de calidad
Petigón / Escolar 5" Inox / México	Acero Inox	Cumple	E	**E**
Crayola / 69-3009 / Taiwán	Acero Inox	Cumple	E	**E**
Pelikan / Escolar 5" / China	Acero Inox	Cumple	E	**E**
Barrilito / 8346-4,5 / México	Forjada cromada	Cumple	E	**E**
Petigón / Escolar económica 5" / México	Troquelada cromada	Cumple	E	**E**
Maped / Koopy / México	Acero Inox	Cumple	MB	**MB**
Maped / Mágica / México	Acero Inox	Cumple	MB	**MB**
Maped / Tatoo / México	Acero Inox	Cumple	MB	**MB**
Barrilito / Zurda 146-5NI / China	Acero Inox	Cumple	MB	**MB**
MAE / RT-5R / China	Acero Inox	Cumple	MB	**MB**
Fiskars / 12-9422 / China	Acero Inox	Cumple	E	**MB**
Fiskars / 12-9468 / China	Acero Inox	Cumple	E	**MB**
Office Max / OMXT5 / China	Acero Inox	Cumple	MB	**MB**
Fiskars / 9416 / EU	Acero Inox	Cumple	E	**MB**
Kiel / TS 781 / Hong Kong	Acero Inox	Cumple	MB	**MB**
Dietrix / 1089 / No indica	Acero Inox	Cumple	MB	**MB**



Notas:

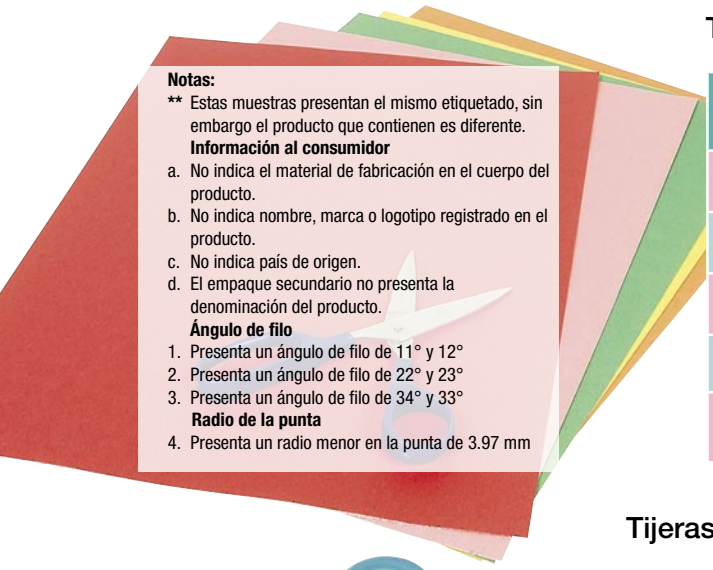
Información al consumidor

Los modelos de Fiskars no indican el material de fabricación en el cuerpo del producto.

El modelo TS 781 de Kiel no indica el material de fabricación ni el nombre, marca o logotipo registrado en el producto.

El modelo 1089 de Dietrix no indica el país de origen.

E=Excelente | **MB**=Muy Bien | **B**=Bien | **R**=Regular



Notas:

** Estas muestras presentan el mismo etiquetado, sin embargo el producto que contienen es diferente.

Información al consumidor

a. No indica el material de fabricación en el cuerpo del producto.
b. No indica nombre, marca o logotipo registrado en el producto.
c. No indica país de origen.
d. El empaque secundario no presenta la denominación del producto.

Ángulo de filo

1. Presenta un ángulo de filo de 11° y 12°
2. Presenta un ángulo de filo de 22° y 23°
3. Presenta un ángulo de filo de 34° y 33°

Radio de la punta

4. Presenta un radio menor en la punta de 3.97 mm

Tijeras tipo escolar que no cumplen la norma

Marca / Modelo / País de origen	Verificación de material	Información al consumidor	Seguridad
Premium School / W68 M0783 / China	Acero Inox	a, b, d	No cumple [4]
Critters / 14091 / China	Acero Inox	a, b, d	No cumple [3]
Office Depot / SKU #38354 / China	Acero Inox	d	No cumple [2]
Premium School / C68 M0467 / China**	Troquelada cromada	a, b, d	No cumple [1]
Premium School / C68 M0467 / China**	Troquelada cromada	a, b, d	No cumple [4]

Tijeras tipo escolar papelera

Marca / Modelo / País de origen	Verificación de material	Seguridad	Eficiencia de corte	Evaluación global de calidad
Petigon / Mini escolar papelera / México	Troquelada cromada	E	E	**E**
Barrilito / 767-5 / China	Plástico con hojas injertadas de acero inox.	E	E	**E**
Crayola / 69-3008 / China	Plástico con hojas injertadas de lámina galvanizada	E	E	**E**
Fiskars / 9390 / China	Plástico con hojas injertadas de lámina galvanizada	E	MB	**MB**
Básicos / EF14 / China	Plástico	E	MB	**MB**
Premium School / C68 M0467 / China**	Plástico	E	B	**B**

Notas:

**Estas muestras presentan el mismo etiquetado, sin embargo el producto que contienen es diferente.

Información al consumidor

El modelo EF14 de Básicos no indica nombre, marca o logotipo registrado en el producto.

el modelo C68 MO467 de Premium School no indica el material de fabricación, el nombre, marca o logotipo registrado en el producto y el empaque secundario no presenta la denominación del producto.

PLASTILINAS

Plastilinas tipo bloque

Marca / Modelo / País de origen	Contenido neto (g)	Lavabilidad	Suavidad	Evaluación global de calidad
Bombin / No presenta / México	180	E	E	**E**
Crayola / 57-0380-038 / México	180	MB	E	**MB**
Makico / No presenta / México	170	MB	E	**MB**
Mussa / No presenta / México	180	B	E	**MB**
Pelikan / No presenta / México	180	MB	MB	**MB**
Colorcitos / No presenta / México	180	MB	B	**MB**
Modelina / No presenta / México	180	MB	B	**MB**
Popular / 1242 / México	200	E	R	**MB**
Staedtler / 840 PE10 / Perú	10 barras	MB	MB	**MB**

En general, los contenidos netos de las **plastilinas** están por arriba de lo declarado en su información al consumidor, a excepción de la plastilina **Bombin**, que está ligeramente por debajo pero dentro de la tolerancia indicada en la normatividad vigente.

Bolígrafos

Con respecto a **bolígrafos**, un aspecto importante a destacar en el desempeño, es que durante su uso el bolígrafo no manche la escritura o las manos de quien escribe, y que mantenga un trazo constante y homogéneo.

Bolígrafos punto mediano tinta azul con mecanismo retráctil

Marca / Modelo / País de origen	Metros de escritura	Rendimiento de escritura	Desempeño de escritura	Evaluación global de calidad
Zebra / Bn2 7771 / China	829	R	E	**MB**
Zebra / Jimnie Clip / Japón	879	P	E	**MB**
Staedtler / 422 G / Nepal	2,149	E	B	**MB**
Stabilo / 308 / Malasia	1,341	MB	B	**MB**
Bic / Bu² / India	1,707	MB	B	**MB**
Perji / Luxor (BL-2002) / Japón	1,107	B	B	**B**
Office Depot / SKU 32526 / China	695	P	B	**R**
Pilot / 32261 / Japón	695	P	B	**R**
Pax / Tratto / Italia	1,593	R	R	**R**
Bic / Pro + / China	2,327	MB	P	**P**
Staedtler / 422 / Nepal	1,418	B	P	**P**
Perji / Plus Knock / Corea	1,116	R	P	**P**
Azor / Pen Pro / Corea	732	P	P	**P**

E=Excelente | **MB**=Muy Bien | **B**=Bien | **R**=Regular | **P**=Pobre

Bolígrafos de punto mediano tinta azul sin mecanismo retráctil

Marca / Modelo / País de origen	Metros de escritura	Rendimiento de escritura	Desempeño de escritura	Evaluación global de calidad
Pentel / Star V / Taiwán	1,927	MB	E	**MB**
Premium School / C68H0279 / China	1,056	R	MB	**MB**
Inoxcrom / 20086 / España	3,143	E	B	**MB**
Básicos / EF2BL / China	1,553	B	B	**B**
Sun Shine / PLUBOLB25-205 / México	1,371	B	B	**B**
Office Max / C68H1140 / China	1,236	B	B	**B**
Inoxcrom / 20031 / España	2,116	B	B	**B**
Office Depot / SKU 9418 / China	1124	R	B	**B**
Básicos / 934-4BL / China	1,066	R	B	**B**
Staedtler / 430 M1-3 / Gran Bretaña	3,217	B	B	**B**
Zebra / N-5200 / Indonesia	1,454	R	B	**B**
TAF / WH998 / China	1,387	B	R	**B**
Inoxcrom / 20098 / España	2,384	MB	R	**R**
Stabilo / 808 / Malasia	1,563	P	B	**R**
Zebra / ZA i B1000 / Indonesia	1,444	B	R	**R**
Berol / Tec Wearever / México	2,223	MB	P	**R**
Pentel / Star V / Taiwán	1,161	R	R	**R**
Zebra / Z-1 7904-01 / Indonesia	870	P	R	**R**
Stick Pens / XF-9160 / China	790	P	R	**R**
Pelikan / Pointec / China	1,698	R	P	**P**
Bic / Diamante / México	1,244	P	P	**P**
Pilot / 32101 / EU	1,020	P	P	**P**
Bic / M250 / México	1,382	P	P	**P**

E=Excelente | **MB**=Muy Bien | **B**=Bien | **R**=Regular | **P**=Pobre

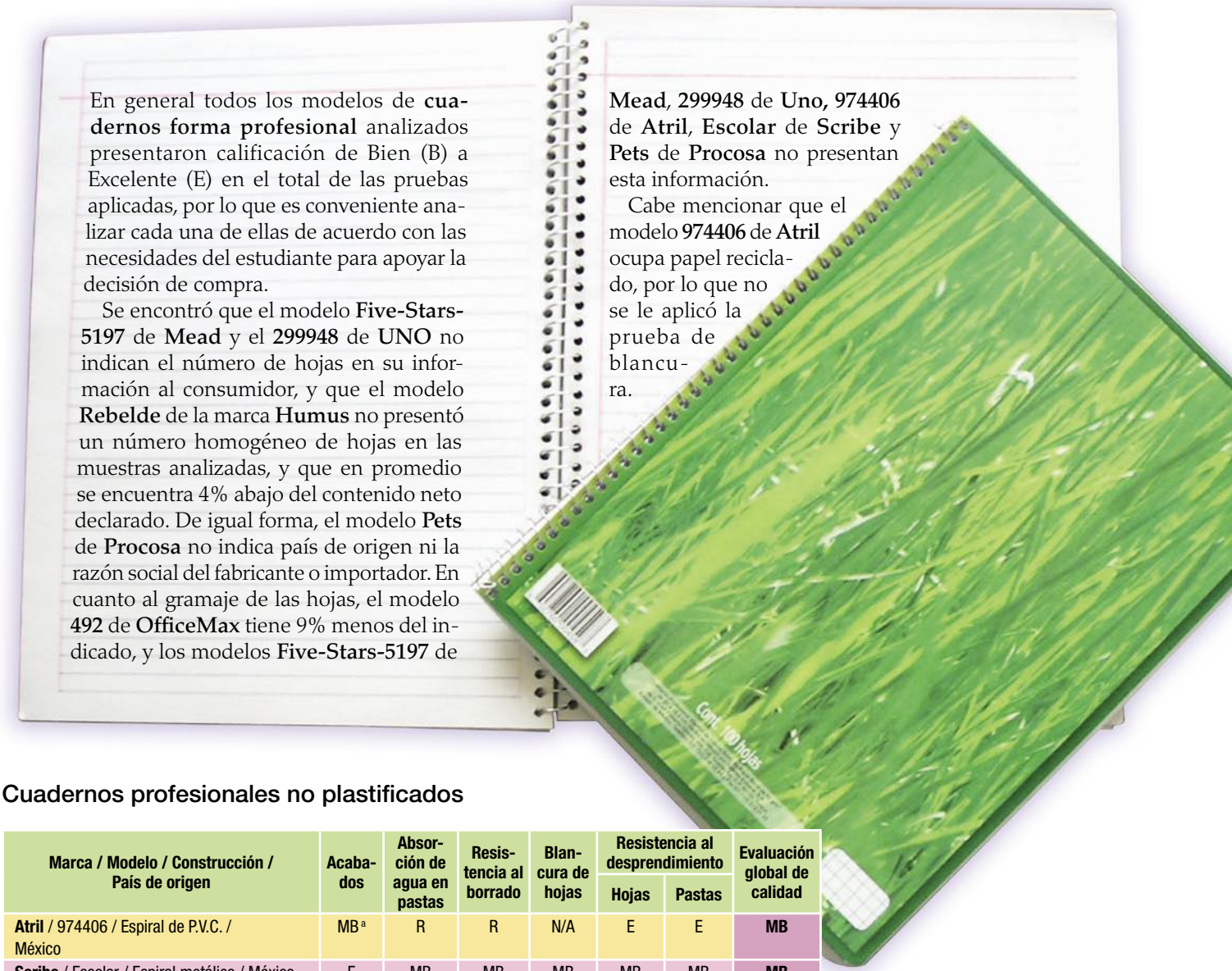
Nota:
Los dos modelos de la marca Pentel no presentan información al consumidor en su empaque.

Cuadernos profesionales

En general todos los modelos de **cuadernos forma profesional** analizados presentaron calificación de Bien (B) a Excelente (E) en el total de las pruebas aplicadas, por lo que es conveniente analizar cada una de ellas de acuerdo con las necesidades del estudiante para apoyar la decisión de compra.

Se encontró que el modelo **Five-Stars-5197** de **Mead** y el **299948** de **UNO** no indican el número de hojas en su información al consumidor, y que el modelo **Rebelde** de la marca **Humus** no presentó un número homogéneo de hojas en las muestras analizadas, y que en promedio se encuentra 4% abajo del contenido neto declarado. De igual forma, el modelo **Pets** de **Procosa** no indica país de origen ni la razón social del fabricante o importador. En cuanto al gramaje de las hojas, el modelo **492** de **OfficeMax** tiene 9% menos del indicado, y los modelos **Five-Stars-5197** de **Mead**, **299948** de **Uno**, **974406** de **Atril**, **Escolar** de **Scribe** y **Pets** de **Procosa** no presentan esta información.

Cabe mencionar que el modelo **974406** de **Atril** ocupa papel reciclado, por lo que no se le aplicó la prueba de blancura.



Cuadernos profesionales no plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Acabados	Absorción de agua en pastas	Resistencia al borrado	Blancura de hojas	Resistencia al desprendimiento		Evaluación global de calidad
					Hojas	Pastas	
Atril / 974406 / Espiral de P.V.C. / México	MB [a]	R	R	N/A	E	E	**MB**
Scribe / Escolar / Espiral metálico / México	E	MB	MB	MB	MB	MB	**MB**
Procosa / Pets / Espiral metálico / No indica	MB [a, b]	MB	MB	B	MB	MB	**MB**
Bosk / 225237 / Engargolado metálico / México	MB [c]	B	MB	MB	MB	B	**MB**
Gigante / 537533 / Engargolado metálico / México	MB [b]	E	B	R	B	MB	**MB**
Estrella / Star kid / Espiral metálico / México	MB [b]	B	MB	B	MB	MB	**MB**
Office Depot / 367210 / Espiral metálico / Chile	E	E	E	MB	MB	R	**B**
Urman / 886 / Engargolado metálico / Chile	E	E	E	MB	B	R	**B**

E=Excelente | **MB**=Muy Bien | **B**=Bien | **R**=Regular

Notas:

Información al consumidor

El modelo 974406 de Atril y el modelo Escolar de Scribe no indican el gramaje de las hojas.

El modelo Pets de Procosa no indica el gramaje de las hojas, país de origen ni la razón social.

El modelo Star kid de Estrella presenta un gramaje de hojas 2.5% menor al declarado.

El modelo 367210 de Office Depot presenta un gramaje de hojas 4.6% menor al declarado.

N/A. No aplica, usa papel reciclado en las hojas.

Acabados:

a. Presenta manchas relevantes en hojas
b. Presenta escurrimientos de tinta en hojas
c. Presenta pastas con sobrantes de material en sus vértices.

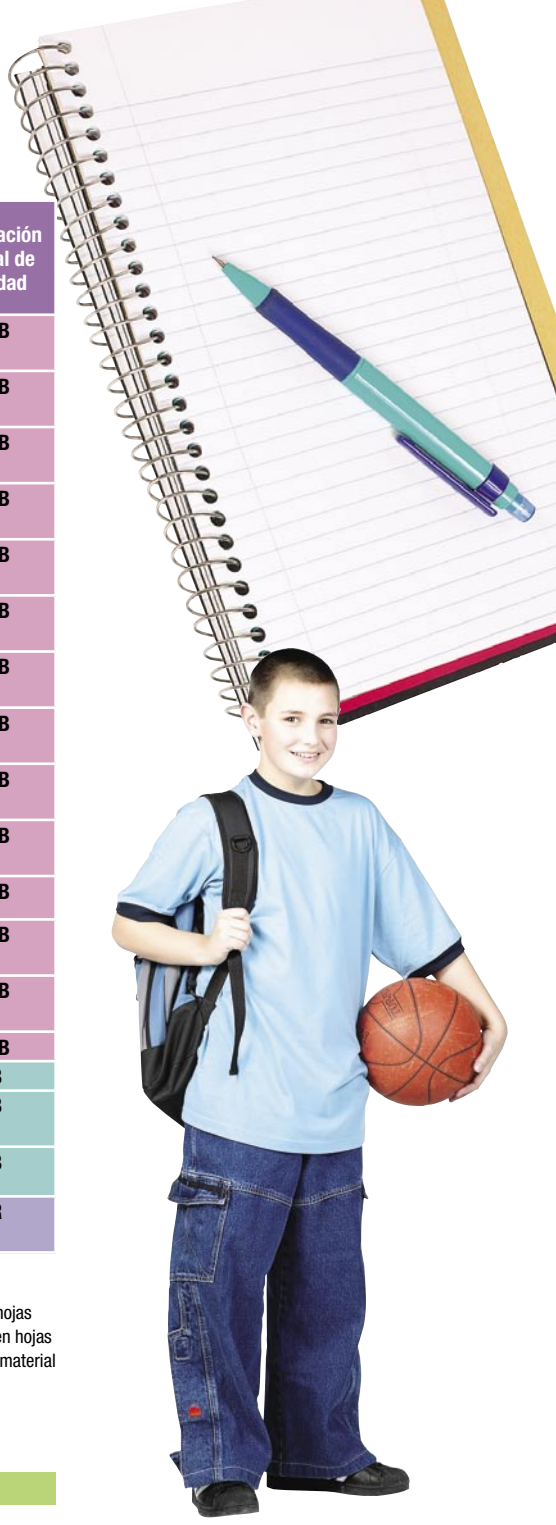
Cuadernos profesionales plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Acabados	Resistencia al borrado	Blancura de hojas	Resistencia al desprendimiento		Evaluación global de calidad
				Hojas	Pastas	
School Prints / Zebra 489253 / Espiral de P.V.C. / México	E	B	B	E	E	**MB**
School Prints / Jirafa 489116 / Espiral de P.V.C. / México	E	B	B	E	E	**MB**
School Prints / Manchas 489178 / Espiral de P.V.C. / México	E	B	B	E	E	**MB**
Norma / Dogs / Engargolado metálico / Colombia	E	E	E	MB	MB	**MB**
Norma / Jean Book / Engargolado metálico / Colombia	E	MB	E	MB	MB	**MB**
School Prints / Felino 489147 / Espiral de P.V.C. / México	E	B	B	E	MB	**MB**
Humus / Rebelde / Engargolado metálico / México	E	MB	MB	E	MB	**MB**
Mead / Five-Stars-5197 / Espiral metálico / EU	MB [b]	MB	MB	MB	E	**MB**
El Cid / Sweet Girl / Engargolado metálico / Colombia	E	E	B	MB	MB	**MB**
Scribe / Huevo Cartoon / Engargolado metálico / México	MB [b]	MB	MB	MB	MB	**MB**
Norma / Color / Cosido / Colombia	E	MB	B	E	B	**MB**
Scribe / Fulanitos / Engargolado metálico / México	E	MB	B	MB	MB	**MB**
Norma / Kuit / Engargolado metálico / Colombia	E	E	B	B	MB	**MB**
OfficeMax / 492 / Espiral metálico / México	MB [a]	MB	B	MB	MB	**MB**
Scribe / Kid`s / Engargolado metálico / México	E	B	MB	B	MB	**B**
Speednotes / 22559 / Engargolado metálico / México	MB [a]	MB	B	MB	B	**B**
Uno / 299948 / Engargolado metálico / México	E	MB	B	B	MB	**B**
Graba Imagen / 306518 / Engargolado metálico / México	E	R	B	R	B	**R**

Notas:
Información al consumidor
El modelo Five-Stars-5197 de Mead no indica el número de las hojas.
El modelo 299948 de UNO no indica el número ni el gramaje de las hojas.
El modelo 492 de OfficeMax presenta un gramaje de hojas 9.1% menor al declarado
El modelo Rebelde de la marca Humus no presentó un número homogéneo de hojas y en promedio se encuentra 4% abajo del contenido neto declarado.

Acabados:
a. Presenta manchas relevantes en hojas
b. Presenta escurrimientos de tinta en hojas
c. Presenta pastas con sobrantes de material en sus vértices.

E=Excelente | **MB**=Muy Bien | **B**=Bien | **R**=Regular | **P**=Pobre



Si requiere más información sobre este estudio:

Puede comunicarse al Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, al 5544-2122 si vive en el área metropolitana de la Ciudad de México. También puede consultar otros estudios de calidad en nuestro sitio de internet www.profeco.gob.mx

crayones

La información al consumidor en **crayones delgados** es completa, a excepción del modelo **2812** de **Stabilo**, la cual no presenta la denominación o razón social ni el domicilio fiscal del fabricante o importador. Los modelos **Triangular** de las marcas **Pelikan**, **Carmen** y **Pincelin**, además de los modelos **Regular** de **Carmen** y **520108** de **Blanca Nieves** son los únicos que no presentaron defectos en la prueba de acabados. En cuanto a la resistencia del cuerpo, el modelo **636182** de **Makyco** fue el único que presentó una resistencia ligeramente menor a la requerida por la norma de referencia, sin embargo, existen modelos con resistencias dos y hasta tres veces mayor a lo solicitado que calificaron como Muy Bien (MB) y Excelente (E), respectivamente.

Crayones

Marca / Modelo / País de origen	Acabados	Resistencia del cuerpo	Uniformidad del iluminado	Durabilidad	Evaluación global de calidad
Pelikan / Triangular / México	E	E	MB	E	**MB**
Crayola / 52-3012 / EU	MB[1]	E	MB	E	**MB**
Pelikan / Regular / México	MB[3]	MB	MB	E	**MB**
Carmen / Triangular / México	E	E	MB	MB	**MB**
Carmen / Regular / México	E	E	MB	MB	**MB**
Pincelín / Triangular / México	E	E	MB	MB	**MB**
Makyco / 636182 / México	MB[3]	R	E	MB	**MB**
Blanca Nieves / 520108 / México	E	MB	R	B	**B**
Stabilo / 2812 / Malasia**	MB[1]	MB	R	B	**B**
Mussa / 601123 / México	MB[1]	E	R	R	**R**
Colorcitos / 541669 / México	MB[1]	MB	R	R	**R**
Staedtler / 220PE12 / Perú	MB[1]	MB	R	R	**R**
Premium School / C68L0132 / China	R[1, 2, 4]	MB	R	R	**P**

Notas:
Acabados 1. Porosidades 2. Faltante de material 3. Transferencia de color 4. Puntas chuecas
Información al consumidor **No incluye la denominación o razón social ni domicilio fiscal del fabricante o importador.

E=Excelente	**MB**=Muy Bien	**B**=Bien	**R**=Regular	**P**=Pobre

Recomendaciones generales

Recuerde que la mayoría de los artículos escolares utilizados en un ciclo escolar pueden ser reciclados para el siguiente.

Para los productos que ofrecen calidad similar, el precio o el gusto personal podrán ser las guías de elección.

En general la decoración de los útiles (imágenes impresas sobre la superficie de los productos) no contribuye a su calidad y desempeño, pero incrementa el precio.

Adquiera sus productos en tiendas establecidas y guarde su ticket de compra para hacer efectiva cualquier reclamación.

Gomas

En general todas las **gomas** calificaron como Excelente (E) o Muy Bien (MB) en la prueba de eficiencia de borrado, a excepción de los modelos de la marca **Factis**, que junto con el modelo de **Lapimex** son los que presentan el más alto porcentaje de desgaste. En acabados, todos los modelos presentan algún detalle a excepción de **Staedtler**, **Pelikan** y **Paper Mate**, que calificaron con Excelente.

Gomas

Marca / Modelo / País de origen	Acabados	Eficiencia de borrado	% de desgaste	Evaluación global de calidad
Staedtler / Rasoplast / Alemania	E	E	Bajo	**MB**
Maped / Domino / China	B[1, 2]	E	Muy Bajo	**MB**
Maped / Technic / Francia	MB[3]	E	Bajo	**MB**
Pelikan / WS-30 / México	E	MB	Bajo	**MB**
Paper Mate / White Pearl / Malasia	E	MB	Bajo	**MB**
Premium School / 668X0017 / China	R[4, 5, 7]	MB	Muy Bajo	**MB**
Maped / Super Clean / Francia	B[5, 7]	E	Medio	**MB**
Mussa / GSB-30 / México	B[4, 5]	MB	Bajo	**MB**
Lapimex / BS-30 / México	B[4, 6]	E	Alto	**B**
Factis / S20 / España	B[4, 5]	B	Alto	**B**
Factis / 36R / México	B[4, 5]	R	Alto	**R**

Notas:

1. Presenta Manchas
2. Presenta Grumos
3. Presenta Faltante de material
4. Presenta Corte lateral irregular
5. Presenta porosidades
6. Presenta materias extrañas mezcladas
7. Presenta marcas

E=Excelente | **MB**=Muy Bien | **B**=Bien | **R**=Regular

Lápices

Con respecto a los **lápices para escritura**, en lo referente al grado, que es la facilidad con la que el lápiz se desliza sobre el papel, y que está en relación con la suavidad del material de la puntilla y el tono de gris, se encontró que los modelos **Master** de **Lapimex** y **Triangular 1210TB/BL** de **Faber Castell** pueden considerarse como grado 1 en lugar del 2 indicado.

En general, las calificaciones en las pruebas van de Regular (R) a Excelente (E). Sólo los modelos **Conte Evolution Lines** de **Bic** y **SKU 30061** de **Office Depot** calificaron como Pobre en la prueba de resistencia de puntillas, y el modelo **4906** de **Stabilo** en la de durabilidad, ya que sus resultados fueron los más bajos de las muestras analizadas.

Lápices de escritura

Marca / Modelo / País de origen	Grado del lápiz	Resistencia de puntillas	Durabilidad	Eficiencia de borrado	Evaluación global de calidad
Staedtler / 132 / Alemania	2	MB	MB	E	**MB**
Berol / Verdi Triangular / México	2	R	E	E	**MB**
Pelikan / Hexagonal 214954 / Tailandia	2	E	R	E	**MB**
Bic / Conte Evolution / Francia	2	R	E	E	**MB**
Office Max / SKU 44119 / México	2	B	MB	E	**MB**
Pelikan / Triangular 215913 / Tailandia	2	MB	B	E	**MB**
Lapimex / Master / México	1	R	E	E	**B**
Pax / Cromo Graph / Chile	2	MB	R	E	**B**
Stabilo / 4906 / República Checa	2	E	P	E	**B**
Premium School / W6810390 / Taiwán	2	B	B	E	**B**
Premium School / W6812009 / Taiwán	2	B	B	E	**B**
Stabilo / 4905 / República Checa	2	MB	R	E	**B**
Crayola / 68-1005 / Brasil	2	B	B	E	**B**
Staedtler / Norica 132 46 / Tailandia	2	B	B	E	**B**
Lapimex / Mercurio / México	2	R	MB	E	**B**
Berol / Mirado Hexagonal / México	2	B	R	E	**R**
Berol / Mirado Triangular / México	2	B	R	E	**R**
Bic / Conte Evolution Lines / Francia	2	P	MB	E	**R**
Faber Castell / Triangular 1210TB/BL / Brasil	1	B	R	E	**R**
Office Depot / SKU 30061 / Indonesia	2	P	R	E	**P**

Soluciones desinfectantes

Antes, durante y después de la cosecha, las frutas y verduras se encuentran expuestas a contaminación por gérmenes dañinos, por lo que es necesario desinfectarlos antes de llevarlos a la mesa. Pusimos a prueba las soluciones desinfectantes que se venden en el mercado y descubrimos que no todas son tan efectivas como dicen...

Foto José Rodríguez

Las enfermedades gastrointestinales y parasitarias del aparato digestivo humano son causadas por microbios o gérmenes que entran al organismo sano a través de la boca, ya sea porque están contaminados los alimentos mismos, los utensilios o incluso las manos de quienes los preparan.

En el caso de las frutas y verduras, esta contaminación es posible inclusive antes de que se cosechen debido al abono utilizado o a las aguas residuales con las que se riegan, que pueden llevar residuos de heces fecales humanas o animales, a través de las cuales se liberan al exterior del organismo infectado estos agentes dañinos.

De modo muy general, puede decirse que entre estos agentes dañinos o patógenos pueden incluirse diversas bacterias y protozoarios en forma de quistes o huevecillos que, al ser ingeridos con los alimentos, se desarrollan y dan origen a parásitos intestinales.

Foto José Rodríguez

El Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor analizó 25 soluciones desinfectantes; cuatro correspondieron a productos a base de compuestos de cloro, 13 elaborados con plata coloidal y ocho a base de extractos cítricos y/o compuestos detergentes.

Por lo anterior, el consumo de frutas y legumbres hace necesario que el consumidor final tenga especial cuidado en la higiene con la cual se manejan estos alimentos, para evitar enfermedades gastrointestinales o infecciones parasitarias.

Así, en el mercado existen diversos productos desinfectantes elaborados a base de compuestos químicos o naturales que pueden reducir el número de estos gérmenes. Entre los comúnmente usados se encuentran los clorados (con sustancias como hipoclorito de sodio, clorito de sodio y/o dióxido de cloro), la plata coloidal, los detergentes (lauril sulfato de sodio), los ácidos orgánicos (como el ácido cítrico o el ascórbico) y/o extractos cítricos (como el de semilla de toronja). Las formulaciones comerciales utilizan alguno de estos componentes o sus mezclas.

En su mayoría, estas soluciones tienen aplicación para la desinfección de agua, frutas y verduras, y aunque varios dicen eliminar totalmente los gérmenes dañinos, en el presente estudio se detectaron diferencias en cuanto a la eficiencia de eliminación de bacterias, entre ellas *Salmonella* (causante de salmonelosis, tifoidea), *Escherichia coli* (gastroenteritis) y *Vibrio cholerae* (cólera); además, sólo algunas soluciones destruyen quistes de amibas (causantes de amebiasis) o giardias (giardiasis), y ninguna logra aniquilar los huevecillos de parásitos intestinales como *Taenia solium* (solitaria), *Ascaris lumbricoides* (lombriz intestinal) o *Trichinella* (causante de triquinosis).

El estudio

El Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor analizó 25 soluciones desinfectantes, de las cuales cuatro correspondieron a productos a base de compuestos de cloro, 13 elaborados con plata coloidal y ocho a base de extractos cítricos y/o compuestos detergentes. En todos los casos se verificó que el envase de las soluciones estuviera bien cerrado.

Como complemento al presente estudio, se probaron 31 marcas de verduras y una de fresas que se comercializan como"Listas para su consumo". Las soluciones fueron sometidas a las siguientes pruebas:

Información al consumidor. Se verificó que la etiqueta de los productos informara sobre su contenido neto, instrucciones y finalidad de uso, marca, lote, razón social, nombre y domicilio del fabricante o comercializador; se verificó también que la información fuera veraz y no confundiera al consumidor.

Eficiencia desinfectante. El agua fue sometida a un proceso de contaminación con bacterias que pueden representar un riesgo a la salud, posteriormente fue tratada con los diversos desinfectantes corroborando la efectividad de cada uno con base en lo establecido por la **NOM-181-SSA1-1998**, que exige una eliminación del 99.99% en coliformes totales (bacterias indicadoras de la calidad higiénica de los alimentos).

Por otra parte, las fresas y la lechuga también fueron contaminadas con bacterias patógenas como las causantes de la tifoidea o el cólera, así como con quistes de amibas, de *Giardia lambi*a y huevecillos de *Ascaris*, para después someterlas a tratamiento de desinfección con cada producto. En todos los casos se respetaron las recomendaciones de uso indicadas en la etiqueta de los productos.

Asimismo, para tener más información sobre el efecto del lavado de frutas y verduras antes del proceso de desinfección, la fresa y la lechuga se sometieron a tratamientos previos como lavado con agua y lavado con una solución detergente de uso comercial. Las pruebas se realizaron usando siempre la misma calidad de agua y el mismo detergente.

Foto José Rodríguez

Ficha técnica

Periodo del estudio: 17 de enero a 14 de mayo de 2007
Periodo de muestreo: 17 de enero a 30 de abril de 2007
Marcas analizadas: 57
Pruebas realizadas: 6,980

Con respecto a los productos "listos para su consumo"se realizaron pruebas para verificar la ausencia de bacterias del tipo *E. coli* (dentro de las que se encuentran bacterias cuyo hábitat natural es el intestino de los animales de sangre caliente, como bovinos, porcinos, caninos y aves, entre otros), que es una de las principales causantes de las gastroenteritis.

Rendimiento. Se determinó con base en la dosificación recomendada en la etiqueta. Con fines comparativos, en las tablas de resultados ésta se reporta por cada 10 mililitros de producto.

Foto archivo

Microorganismos patógenos

Un microorganismo, también llamado microbio o germen, es un ser vivo que sólo puede visualizarse con el microscopio. Son microbios las bacterias, los protozoarios, los parásitos microscópicos o en su estado de huevecillo o de larva, y también los de tamaño ultramicroscópico, entre los que se encuentran los virus.

Las **bacterias** son organismos que se encuentran presentes en todos los ambientes; varias de ellas provocan alteraciones en los alimentos y/o enfermedades en el hombre. Como ya se mencionó, ejemplo de bacterias patógenas son *Escherichia coli* (gastroenteritis), *Listeria monocytogenes* (listeriosis, meningitis), *Salmonella spp* (salmonelosis, tifoidea) y *Vibrio cholerae* (cólera).

Los **virus** pueden causar infecciones y sólo se reproducen en el ser vivo que infectan. Entre ellos se encuentra el virus de la hepatitis A (hepatitis) y el rotavirus (que también ocasiona gastroenteritis).

Algunos de los parásitos que se pueden encontrar en alimentos contaminados son los protozoarios, como la amiba y la giardia, así como huevecillos de las lombrices intestinales (*Ascaris lumbricoides*).

Los problemas causados por las infecciones de estos gérmenes dependen del tipo de patógeno, del modo como se transfiere, de la dosis o concentración del microbio, de la persistencia de estos agentes y de la resistencia de la persona infectada.

Soluciones desinfectantes

Marca / Denominación / País de origen / Presentación	Información al consumidor	Ingrediente desinfectante en la fórmula	Eficiencia en la desinfección de agua contaminada con bacterias [1]	Eficiencia en la desinfección de frutas y verduras contaminadas con bacterias [2]		Eficiencia del desinfectante en la eliminación de parásitos de:		Rendimiento por cada 10 ml de producto para desinfectar:		Costo por 10 ml ($)
				Fruta (fresa)	Verdura (lechuga)	Quistes (amibas o giardias)	Huevecillos (*Ascaris lumbricoides*)	Agua (litros)	Fresa y lechuga (litros)	
Citrus 21 / Desinfectante para alimentos / México / 1000 ml	Completa	Ácido láctico ácido ascorbico Tocoferoles	E	E	E	Moderada	Nula	3	0.5	0.50
Great Value / Bactericida líquido para frutas, verduras, utensilios / México / 250 ml	Completa	Extracto de semillas cítricas, ácido cítrico y ascórbico	*	E	E	Moderada	Nula	----	**	1.10
Biopur / Bactericida para purificar agua y desinfectar alimentos/ México / 15 m + 6 ml	Completa	Plata coloidal al 0.15%	E	E	E	Nula	Nula	85	17	4.80
Great Value / Bactericida desinfecta, agua, frutas y verduras / México / 20 ml	Completa	Plata coloidal al 0.41%	E	E	E	Nula	Nula	290	29	6.10
Microdyn / Microbicida que desinfecta agua y alimentos / México / 15 ml	Completa	Plata coloidal al 0.35%	E	E	E	Nula	Nula	200	25	8.10
Microdyn / Microbicida que desinfecta agua y alimentos / México / 90 ml	Completa	Plata coloidal al 0.082%	E	E	E	Nula	Nula	27	4	2.50
NutriBiotic / Desinfectante para agua, frutas, verduras, mariscos y carne / No indica / 30 ml	Declara: "es efectivo contra amibas", pero no las elimina. Dice que elimina virus, pero no lo comprobó. Además no indica país de origen	Extracto de semillas y pulpa de toronja	E	E	E	Nula	Nula	132	33	9.70
BacDyn plus / Desinfecta agua y alimentos / México / 30 ml	Declara: "Destruye las bacterias evitando amibiasis y diarreas", lo que induce a pensar que elimina amibas y no lo hace.	Plata coloidal al 0.32%	E	E	E	Nula	Nula	300	15	4.60
Bakers & Chefs / Bactericida / México / 20 ml	Completa	Plata coloidal al 0.41%	E	E	MB	Nula	Nula	270	27	4.10
Fit / Limpiador antibacterial para frutas y verduras / EU / 350 ml	Usa la leyenda 100% natural, que no es verdadera	Ácido cítrico, bicarbonato de sodio, hidróxido de potasio, alcohol etílico y aceite de toronja	*	E	E	Nula	Nula	---	2	1.70
Fit / Limpiador antibacterial para frutas y verduras / EU / 950 ml	Usa la leyenda 100% natural, que no es verdadera	Ácido cítrico, bicarbonato de sodio, hidróxido de potasio, alcohol etílico y aceite de toronja	*	E	E	Nula	Nula	---	0.4	1.05
Fit / Limpiador antibacterial para frutas y verduras / EU / 200 g	Completa	Ácido cítrico, lauril sulfato de sodio, carbonato de sodio, magnesio y aceite de toronja	*	MB	E	Nula	Nula	----	**	1.95***
Gigante / Bactericida de extracto de cítricos desinfecta frutas, verduras y utensilios / México / 250 ml	Completa	Concentrado de semillas de toronja	*	MB	E	Nula	Nula	---	2	1.10
Gigante / Bactericida desinfecta agua, frutas y verduras / México / 20 ml	Completa	Plata coloidal al 0.40%	E	MB	E	Nula	Nula	270	27	6.10

* Productos que por su composición no aplican para la desinfección de agua
** Como la dosificación es por atomizaciones, el rendimiento se calcula por número de atomizaciones el cual corresponde a: 10
*** El costo es por 10 g de producto
1 Para desinfección en agua la **evaluación E** corresponde a una eficiencia de 99.99 % al 100 %.
2 Para desinfección en frutas y verduras la **evaluación E** corresponde a una eficiencia de 99.1% al 100%, y **MB** de 97.1% al 99%.

Marca / Denominación / País de origen / Presentación	Información al consumidor	Ingrediente desinfectante en la fórmula	Eficiencia en la desinfección de agua contaminada con bacterias [1]	Eficiencia en la desinfección de frutas y verduras contaminadas con bacterias [2]		Eficiencia del desinfectante en la eliminación de parásitos de:		Rendimiento por cada 10 ml de producto para desinfectar:		Costo por 10 ml ($)
				Fruta (fresa)	Verdura (lechuga)	Quistes (amibas o giardias)	Huevecillos (*Ascaris lumbricoides*)	Agua (litros)	Fresa y lechuga (litros)	
BacDyn plus / Desinfecta agua y alimentos / México / 120 ml	Declara: "Destruye las bacterias evitando amibiasis y diarreas", lo que induce a pensar que elimina amibas y no lo hace.	Plata coloidal al 0.08%	E	MB	E	Nula	Nula	45	5	2.20
Desinger / Bactericida para purificación de agua y desinfección de verduras / México / 60 ml	Declara: "Extermina gérmenes", lo cual no es veraz, ya que no elimina todo tipo de patógenos.	Hipoclorito de sodio, clorito de sodio y dióxido de cloro	E	MB	E	Nula	Nula	60	18	2.25
Germifin / Desinfecta frutas, verduras y legumbres. Purifica agua / México / 20 ml	Declara: "Prevenga diarreas, amibiasis" induce a pensar que elimina amibas y no lo hace.	Plata coloidal al 0.32%	E	MB	E	Nula	Nula	360	36	3.75
Gadicin Argentum / Purificador de agua y bactericida / México / 30 ml	Declara: "Disfrute sus ensaladas sin amibas" induce a pensar que elimina amibas y no lo hace. Dice que elimina virus, pero no lo comprobó.	Plata coloidal al 0.36%	E	MB	E	Nula	Nula	75	30	4.20
V'ital Life / Microbicida desinfecta agua y alimentos / México / 30 ml	Declara: "elimina gérmenes" lo cual no es veraz, ya que no elimina todo tipo de patógenos	Dióxido de Cloro	E	MB	E	Nula	Nula	103	17	2.30
CitriLife / Bactericida frutas, verduras, carnes, pescado y mariscos / México / 250 ml	Declara: ser "Efectivo contra amibiasis", pero no elimina amibas. Dice que elimina Virus pero no lo comprobó.	Extracto estandarizado de semilla de toronja	E	MB	E	Nula	Nula	6	2	0.90
Bakers & Chefs / Bactericida para desinfectar agua, frutas, verduras y utensilios / México / 1 L	Completa	Plata coloidal al 0,052%	E	MB	MB	Nula	Nula	29	3	0.70
H24 Bacterin / Desinfectante para agua y alimentos / México / 20 ml	Completa	Plata coloidal al 0.35%	Reduce 98.38% y debe reducir 99.99%	E	E	Nula	Nula	170	21	4.70
Gadicin Cloro / Purificador de agua y bactericida / México / 30 ml	Declara: "Disfrute sus ensaladas sin amibas" induce a pensar que elimina a amibas y no hace. Dice que elimina Virus, pero no lo comprobó.	Dióxido de Cloro	Reduce 95.22% y debe reducir 99.99%	E	E	Nula	Nula	90	36	4.20
CM / Microbicida para purificar agua, frutas y verduras / México / 30 ml	Completa	Dióxido de cloro al 10%	Reduce 98.40% y debe reducir 99.99%	MB	MB	Nula	Nula	53	32	2.30
BacDyn plus / Desinfecta agua y alimentos / México / 1 L	Declara:"Destruye las bacterias evitando amibiasis", lo que induce a pensar que elimina amibas y no lo hace.	Plata coloidal al 0.048%	Reduce 99.23% y debe reducir 99.99%	MB	E	Nula	Nula	29	3	0.70

Foto archivo

Normatividad

NOM-050-SCFI-2004. Información comercial. Etiquetado general de productos.
NOM-002-SCFI-1993. Contenido neto. Tolerancias y métodos de verificación.
NOM-181-SSA1-1998. Agua para uso y consumo humano. Requisitos que deben cumplir las sustancias germicidas para tratamiento de agua de tipo doméstico.

Fruta (fresa) y verduras listas para su consumo

Marca / Denominación/ País de origen / Presentación	*Escherichia coli*
Agri-Nafta / Orégano listo / México 20 g	En todas ausente
Bolthouse Farms / Zanahoria *baby* / EU / 56.7 g	
Daily Salad / Ensalada de col y zanahoria / México / 600 g	
Daily Salad / Espinaca tierna / México / 200 g	
Daily Salad / Mezcla europea / México / 200 g	
Daily Salad / Mezcla mexicana / México / 200 g	
Daily salad / Espinaca tierna / México / 500 g	
Earthbound Farm Organic / Ensalada fresca de hierbas / EU / 113 g	
Earthbound Farm Organic / Zanahoria *baby* / EU / 454 g	
Eat Smart / Mezcla California / EU / 1.36 kg	
Eat Smart / Mezcla California / EU / 340 g	
Eat Smart / Mezcla rallada / E.U.A. / 340 g	
Germinalunch San Francisco / Germinado de alfalfa con limón y chile / No declara / 80 g	
Grimmway Farms / mini zanahorias / EU / 340 g	
Grimmway Farms / mini zanahorias / EU / 907 g	
Hidra Cool / Ensalada hidropónica / México / 200 g	
Hidra Cool / Espinaca / México / 200 g	
Member´s Mark / fresas enteras congeladas / México / 2 kg	
Monte Rey / Champiñones / México / 300 g	
Nutribits / Ensalada cherry / México / 235 g	
Nutribits / Ensalada de la casa / México / 290 g	
Popeye / Espinaca / México / 1.13 kg	
San Francisco / Pepino *baby* / No declara / 250 g	
Tanimura & Antle / Ensalada italiana clásica / EU / 283 g	
Vegetales Arellano / Rábanos / México / 454 g	
Vegget Field / Betabel / México / 390 g	
Vegget Field / Brócoli / México / 400 g	
Vegget Field / Chayote / México / 390 g	
Vegget Field / Ejote / México / 100 g	
Vegget Field / Jícama / México / 400 g	
Vegget Field / Zanahoria y chícharo / México / 390 g	
Vegget Field / Zanahoria y Jícama / México / 600 g	

Fotos archivo

Recomendaciones

- La efectividad del desinfectante se ve afectada por el tiempo de exposición y la dosificación, por lo que es muy importante seguir las recomendaciones del fabricante.
- En caso de que por instrucciones del fabricante se requiera un enjuague después de la desinfección, use agua purificada o hervida, para evitar la recontaminación.
- Tenga en cuenta que existen marcas que tienen presentaciones con diferente concentración del desinfectante y diferente dosificación. Antes de adquirir el producto, lea la etiqueta para obtener un rendimiento óptimo (vea la tabla de resultados).
- Recuerde que no todos los desinfectantes de agua y alimentos eliminan las formas infectivas de enfermedades parasitarias comunes. Consulte las tablas de resultados.
- Si emplea blanqueador común (cloro comercial) para desinfectar agua y alimentos, recuerde que sólo elimina bacterias, y que es importante asegurarse de que no contiene colorantes y aromatizantes. Algunas marcas indican la cantidad necesaria para desinfectar (2 gotas por litro con 15 minutos de exposición). Tenga en cuenta que una sobredosificación puede provocar una intoxicación grave.
- Cuide la seguridad de su familia manteniendo las **manos, las superficies y los utensilios de cocina limpios**, y asegúrese de lavar y desinfectar bien las frutas y las verduras.

Foto José Rodríguez

Conclusiones

- En cuanto a la desinfección de agua, la mayoría de los productos analizados cumple con el 99.99% de eliminación bacteriana que exige la NOM-181-SSA1-1998. Sólo cuatro marcas no cumplieron la norma: **BacDyn** en su presentación de un litro reduce 99.23%, **CM** reduce 98.40%, **H24 Bacterin** reduce el 98.38% y **Gadicin Cloro** elimina 95.22% de las bacterias. Tenga en cuenta esta deficiencia.
- En general los resultados muestran que los diversos desinfectantes analizados presentan variación en su eficiencia contra la contaminación microbiana. Las mayores reducciones fueron evaluadas como excelentes (vea la tabla de resultados).
- De todos los desinfectantes analizados, las marcas **Citrus 21** y **Great Value** a base de extracto de semillas cítricas y ácidos orgánicos, tienen efecto contra quistes de giardias o amibas, sin embargo **su eficiencia es pobre**, ya que se sólo eliminan el 24% y el 20%, respectivamente.
- En cuanto a veracidad de información, se detectó que las marcas **BacDyn plus**, **CitriLife**, **Gadicin Argentum**, **Gadicin Cloro**, **Germifin** y **NutriBiotic**, declaran la eliminación de amibas y no destruyen los quistes de este tipo de microorganismos, por lo que **engañan al consumidor**.
- Las marcas **Desinger** y **V`ital Life** indican eliminar o exterminar gérmenes, lo cual no es veraz ya que no eliminan todo tipo de patógenos: los resultados mostraron que no tiene efecto desinfectante contra parásitos, por lo que **también engañan al consumidor**.
- **Ninguno de los producto probados logra aniquilar los huevecillos de parásitos intestinales como *Taenia solium*, *Ascaris lumbricoides* o *Trichinella***.
- Los resultados también muestran que los productos que se ostentan como "listos para su consumo" están libres de la bacteria *E. coli*, lo que sugiere la ausencia de contaminación fecal.
- Se observó que en la desinfección de frutas y verduras contra bacterias y parásitos es mejor realizar tratamientos previos con agua o solución de detergente (y su enjuague), antes de tratamiento con el desinfectante.

Si requiere más información sobre este estudio, puede comunicarse al Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, al número telefónico 5544-2060, si vive en el área metropolitana de la Ciudad de México. También puede consultar otros estudios de calidad en nuestro sitio de internet www.profeco.gob.mx.

Soluciones desinfectantes, en resumen

¡Aguas con el agua!

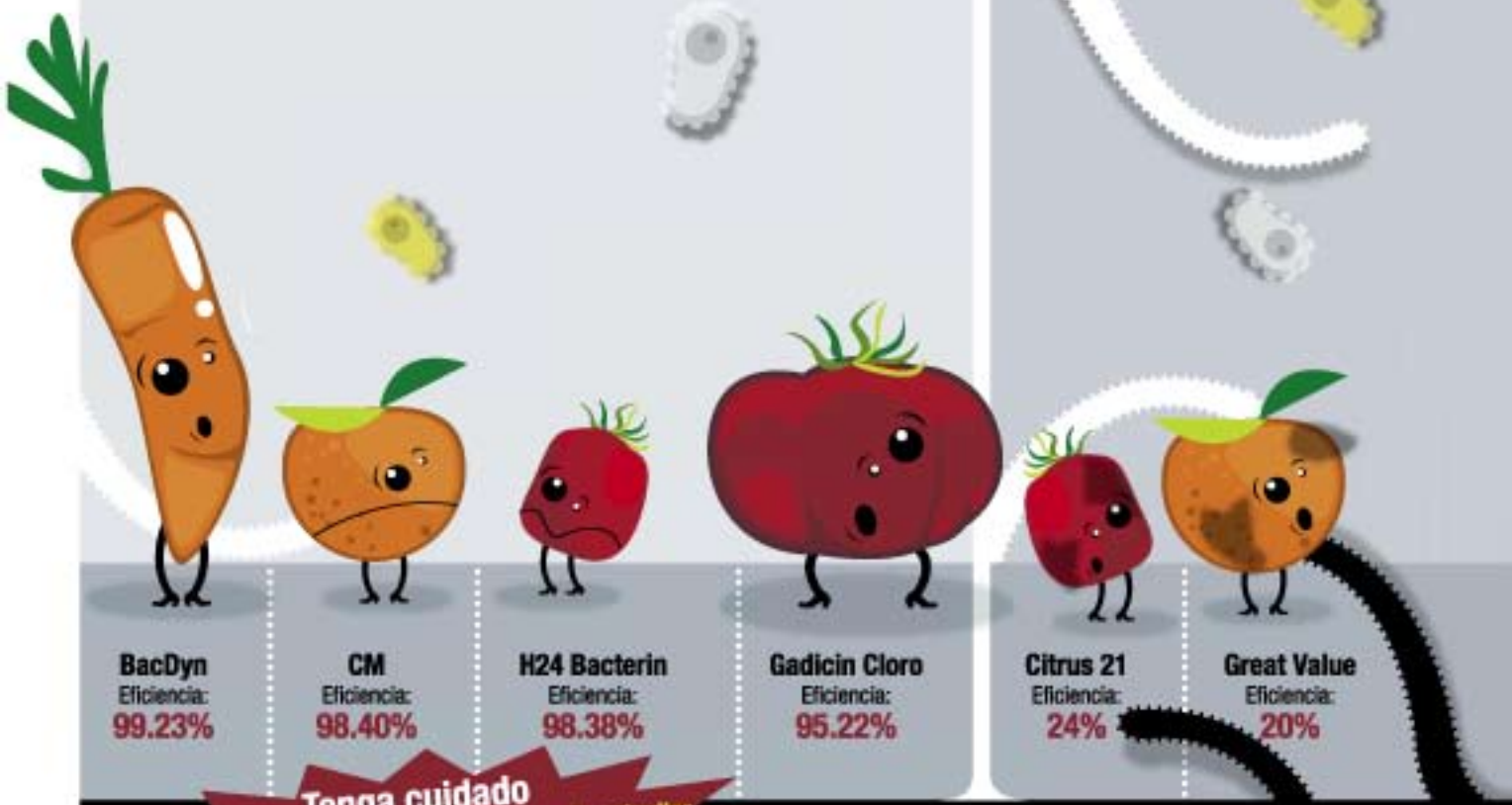
Le recomendamos no confiar a ciegas en las soluciones desinfectantes que prometen eliminar todo tipo de gérmenes del agua y de las frutas y verduras que usted llevará a su mesa. Vea por qué.

Las deficientes para desinfectar agua

La normatividad exige que las soluciones desinfectantes sean 99.99% efectivas. Cumplieron todas las marcas que por su composición química pueden ser utilizadas para la desinfección de agua contaminada con bacterias, excepto:

"Efectivas" contra algunos quistes

Ninguna de las soluciones tienen efecto contra quistes de giardias o amibas; sólo dos marcas tuvieron una eficiencia pobre en la eliminación de estos gérmenes:



BacDyn
Eficiencia:
99.23%

CM
Eficiencia:
98.40%

H24 Bacterin
Eficiencia:
98.38%

Gadicin Cloro
Eficiencia:
95.22%

Citrus 21
Eficiencia:
24%

Great Value
Eficiencia:
20%

Tenga cuidado

Ninguno de los productos analizados pudo aniquilar huevecillos de parásitos intestinales. El estudio de frutas y verduras "listas para consumo" sugiere que están libres de contaminación fecal.

¿Qué hacer?

1. Salvo las excepciones señaladas, sólo puede utilizar con confianza estas soluciones en la desinfección de agua contaminada con bacterias.

Infografía Odamar

¡Agua!

El "nutrimento" olvidado

El desequilibrio de este vital líquido en el organismo puede provocar graves consecuencias (inmediatas o silenciosas): desde boca y piel secas, hasta fallas renales y el peligroso "golpe de calor". Cada 24 horas nuestro cuerpo desecha de dos a tres litros de agua que deben ser repuestos. Usted, ¿cuánta agua bebe al día?

Por José Armando Aguilar

¿Qué le ofrecieron de beber la última vez que visitó a alguien? Lo más seguro es que se haya tomado un "refresquito" (como ya es tradición en muchos de los hogares mexicanos), un café o, en el más saludable de los casos, un jugo.

Y a todo esto, ¿por qué no ofrecer un simple vaso con agua? ¡De ninguna manera, sería una descortesía!, respondería cualquiera que se esmere en ser el mejor anfitrión. Paradójicamente, lo mejor (o al menos lo más sano) para saciar la sed es, precisamente, eso de lo que están constituidas las dos terceras partes del cuerpo humano: el agua, la bebida olvidada.

Vivir "en el agua"

Sólo después de respirar, beber agua es la principal necesidad fisiológica: podemos pasar semanas sin

Foto Archivo

Para deportistas

En los últimos años, el mercado del agua en México se ha desarrollado enormidades: hoy en día podemos encontrar desde agua "simple" con sabor hasta la traída desde los alpes franceses, pasando por chupones especiales para beber y prácticas agarraderas. Pero, de este mundo acuático, llaman la atención las bebidas para deportistas que "brindan lo que el agua no tiene".

El agua es el hidratante universal y puede ser utilizada durante el ejercicio; sin embargo, no repone los electrolitos perdidos en el momento (sodio y potasio), algo que sí logran las llamadas bebidas hidratantes, aunque hay que aclarar que en personas que realizan ejercicio moderado, esto se compensa con una alimentación sana y equilibrada.

Foto José Rodríguez

comer, días sin beber y sólo unos minutos sin aire; sin embargo, la casi ubicuidad del aire nos permite no ocuparnos tanto de satisfacer esa necesidad: lo hacemos de manera casi inconsciente. En cambio, conseguir y suministrar a nuestro cuerpo el agua suficiente es por completo nuestra responsabilidad.

De acuerdo con la nutrióloga Gabriela Noriega, aunque cierta cantidad de agua puede ser sintetizada por el organismo, se puede considerar un nutrimento esencial para la vida, pues actúa como transporte para los nutrimentos y para muchas otras sustancias del organismo, regula la temperatura del cuerpo a través de la sudoración, contribuye a mantener la piel tersa y joven, lubrica las articulaciones y es necesaria para todas las funciones corporales (digestiva, de absorción, circulación y excreción). Además, es uno de los materiales de construcción que permiten el crecimiento y la reparación del organismo.

Sí, la vida es agua... o el agua es vida, como le suene menos trillado: en promedio, 60% del peso corporal de los hombres es agua, mientras que en las mujeres es el 50%. No la vemos porque la mayor parte se encuentra en el interior de las células y otro tanto fuera de ellas (en la sangre, linfa –parte del plasma sanguíneo–, y líquido espinal, entre otras secreciones y líquidos).

El agua interviene en todas las funciones del organismo, por lo que consumirla todos los días es imprescindible y uno de los hábitos más sanos que podemos adoptar.

A pesar de todo lo anterior, a muchas personas realmente les cuesta trabajo beber agua. Podríamos culpar a lo poco apetecible de los inseparables adjetivos del agua: simple, inodora e insípida. Sin embargo, las "razones"son otras: que casi no les da sed, que les provoca náuseas, que nos les gusta o, por extraño que parezca, que les da flojera tener que ir al baño luego de tomarla.

El equilibrio, la clave

Debido a la importancia que tiene el agua en nuestra vida, es indispensable mantener un equilibrio entre la cantidad de líquido que el cuerpo elimina y el que se ingiere. Si una persona tiene déficit de agua hasta de 2 litros, sentirá sed; si la carencia es cercana a los 4 litros, se sentirá enferma, y morirá antes de perder 8 litros.

Pero, ¿cómo se llega a ese déficit? Un adulto elimina diariamente de 2 a 3 litros de agua a una temperatura ambiental promedio de 15 a 22° C (a una temperatura mayor, durante periodos de fiebre, vómito, diarrea, sudor abundante o en presencia de calefacción, la cantidad aumenta considerablemente). Esta pérdida sucede de la siguiente manera:

Transpiración	400 - 800 ml
Vapor de agua en el aire expirado	300 - 400 ml
Orina	1,200 - 1,500 ml
Materia fecal (sin diarrea)	100 - 300 ml
Total	2,000 - 3,000 ml

La nutrióloga Gabriela Noriega señala lo siguiente: "El aporte y las pérdidas de agua deben estar diariamente en equilibrio. Dado que el adulto promedio elimina por lo menos dos litros de agua, es necesario reponer al menos esa misma cantidad al día. No consumir estos mínimos requerimientos puede llevar a una deshidratación y a serias consecuencias en más de uno de los órganos del cuerpo. Pero al tomar una cantidad adecuada de agua se asegura que el cuerpo cuenta con los líquidos necesarios para mantener una buena salud".

Así pues, la recomendación para una persona adulta sana es que beba ocho vasos de agua (de 250 ml c/u), de preferencia a lo largo del día, y si es junto o entre las comidas, mejor: esto favorece que el estómago llegue rápidamente a su límite de expansión, mandando señales de saciedad al cerebro.

Por otro lado, el hecho de beber agua entre comidas ayuda a la persona a controlar los antojos por ciertos alimentos, remplazando agua por calorías "extra". Pero como no sólo los adultos deben tomar agua, esta tabla le ayudará a identificar las cantidades que requiere su familia:

Recomendación diaria de agua por kg de peso corporal

Lactantes	150 - 180 ml
Niños	100 - 120 ml
Jóvenes	50 - 100 ml
Adultos	40 - 50 ml
Ancianos	35 - 40 ml

¿Falso o verdadero?

Dentro de la mitología "acuática" popular existe un sinnúmero de creencias erróneas. He aquí algunas de éstas:

"Si bebo mucho agua retendré líquidos." **Falso**

Una persona sana no retiene líquidos, el organismo se las arregla para mantener el equilibrio hídrico. Sólo en caso de enfermedades renales, hepáticas, cardiacas o várices muy desarrolladas se debe disminuir la ingesta de agua por indicación médica.

"Mi traje térmico es buenísimo para mantenerme en forma." **Falso**

Muchas personas se someten a tratamientos térmicos como trajes, fajas y hasta bolsas de plástico para sudar en exceso, creyendo que esto les hará perder peso. **Esta pésima medida no sólo deshidrata y sobrecalienta a la persona, sino que la pérdida de gramos es momentánea, pues lo que se perdió fue sólo agua y sales minerales**.

"Como el agua es natural y se desecha, puedo beber mucha." **Falso**

Es peligroso excederse (beber más de dos litros) porque se puede llegar a una "intoxicación por agua". El exceso de agua en el organismo puede originar células tan hinchadas (particularmente en el cerebro) que originan dolor de cabeza, náusea, vómito, temblor muscular, convulsiones y en ocasiones la muerte. Recuerde, se trata sólo de mantener el equilibrio hídrico.

"Si tomo mucho agua comenzaré a ganar peso." **Falso**

En una persona sana, el exceso de agua se elimina. Las células y los fluidos corporles no son "almacenes de agua", ésta es parte de su propia constitución.

"El estreñimiento se cura bebiendo mucho agua." **Falso**

El agua por sí sola no alivia los síntomas del estreñimiento: se debe complementar con una dieta equilibrada, alta en fibra y ejercicio cotidiano.

No todo lo que moja es agua

Ahora bien, ¿qué se vale y qué no se vale tomar? El consumo diario de agua proviene de cuatro diferentes fuentes:

1. Como parte natural de los alimentos (la contenida en la leche, frutas, verduras...).
2. El agua que agregamos a los alimentos durante su preparación (en sopas, salsas, caldillos, etcétera).
3. Como bebida (agua natural, infusiones, jugos, refrescos, entre otros).
4. El agua también tiene un origen interno: el metabolismo de las grasas, proteínas y carbohidratos puede producir entre 300 y 450 ml diarios de agua.

Las primeras dos opciones se consideran fuentes adecuadas de consumo de agua, por ejemplo, los cereales y tubérculos contienen aproximadamente entre 10 y 15% de este líquido; las leguminosas y oleaginosas 20%; los vegetales frescos 90%; la leche 87% y los tejidos animales y el huevo entre 60 y 70%.

Sin embargo, la recomendación de consumo de agua señalada anteriormente (ocho vasos al día) sólo incluye agua natural, esto es, sin considerar los alimentos. Y ni hablar de los refrescos: "No es recomendable hidratarse con jugos o refrescos ya que éstos, más que bebidas, pueden considerarse como alimentos, pues no sólo aportan agua, sino grandes contenidos de hidratos de carbono en forma de azúcares simples que favorecen el sobrepeso.

"Por otra parte, las infusiones y aguas de fruta (de limón o jamaica sin endulzar o apenas endulzadas) son formas aceptables para cubrir los requerimientos diarios de agua. El café no es recomendable, tanto por su contenido de cafeína, como por su efecto diurético en el organismo", recomienda Gabriela Noriega.

Foto José Rodríguez

¿Cuándo hidratarse?

La respuesta podría ser muy sencilla: "cuando se tenga sed". Pero la sed es un indicador tardío. Cuando se llega a sentir sed, la deshidratación ya inició tiempo atrás, por lo que hay que anticiparse a ella. De hecho, hay personas que dicen sentir sed con muy poca frecuencia.

Las consecuencias de no beber agua cuando el cuerpo lo ordena pueden ser muy serias:

Pérdida del 1 al 5% del agua en el cuerpo: Se presentan boca y/o mucosas nasales secas, calambres, mareos, fatiga, disminución de la orina, enrojecimiento y/o pérdida de la turgencia de la piel, cansancio, aumento

de la frecuencia cardiaca (taquicardia), aumento de la temperatura corporal y náuseas.

Pérdida del 6 al 10%: Dolor de cabeza, falta de aliento, hormigueo en piernas y brazos, dificultad para hacer ejercicio, así como síntomas de carácter clínico que indican daños al sistema nervioso central, el hígado y los riñones.

Pérdida del 11 al 20%: Golpe de calor, que es un cuadro clínico con síntomas como sordera, lengua hinchada, visión oscurecida y pérdida del conocimiento, que puede llegar incluso a la falla renal y/o a la muerte.

Una manera eficaz de verificar el estado de hidratación en el que se encuentra el organismo, es observar el color de la orina:

1, 2	**Bien hidratado**
3, 4	**Deshidratación mínima**
5, 6	**Deshidratación definititva**
7, 8	**Deshidratación severa**

Para beber bien

Finalmente, éstas son algunas recomendaciones de la nutrióloga Gabriela Noriega para adoptar de mejor manera el buen hábito de beber 2 litros de agua al día como mínimo:

- Si lleva una dieta rica en grasas y proteínas, es necesario que beba más agua de la recomendada, ya que este tipo de alimentación requiere de más líquido para eliminar sus restos metabólicos.
- Durante la época de frío, cuando beber agua no se antoja, se recomienda el consumo de infusiones calientes a base de hierbas (manzanilla, hierbabuena, canela, etcétera) para lograr cubrir el aporte de agua recomendada al día.
- Para aquellas personas que no les agrada lo "insípido" del agua natural, pueden beber aguas saborizadas (aunque no se considera lo más adecuado). O mejor aún, pueden preparar aguas naturales de limón, tamarindo, naranja o jamaica (apenas endulzadas, si es necesario).
- Definitivamente lo ideal es repartir el consumo total de líquidos a lo largo del día, tomando de uno a dos vasos por ocasión.

Fuentes Entrevista con la nutrióloga Gabriela Noriega, certificada por el Colegio Mexicano de Nutriólogos • *Cuadernos de Nutrición*, mayo-junio de 1999 y septiembre-octubre de 1984.

Pureza en casa

Dicen que los mexicanos somos los segundos consumidores de agua embotellada en el mundo, esto tal vez se deba a que la gente desconfía del agua que sale de los grifos, ya que consideran que no es 100% segura para consumirse. Y quizá tengan razón: aunque 91% de la población que cuenta con sistema formal de abastecimiento de agua recibe el líquido bacteriológicamente puro, alrededor de 11 millones de mexicanos no cuentan con este servicio.

Si usted desconfía del agua que llega de la red hidráulica, bien puede potabilizarla de las siguientes formas:

- **Instale un filtro**. Normalmente dan buenos resultados.
- **Hierva el agua**. La ebullición debe durar cuando menos cinco minutos, un inconveniente es el cambio de sabor, debido a la eliminación del aire normalmente disuelto en el agua. Para remediarlo, basta "airearla": pasar el agua ya hervida de un recipiente a otro para que vuelva a tener aire.
- **Utilice cloro**. Se obtiene en farmacias y tiendas de autoservicio en forma de gotas o pastillas, sólo siga las indicaciones del producto. Basta un par de gotas de cloro para eliminar las bacterias.
- **Lave cisternas,** piletas y tinacos por lo menos dos veces al año (vea www.cofepris.gob.mx/bv/video3.htm).

Fuente www.cofepris.gob.mx • *Cuadernos de Nutrición*, mayo-junio de 1999.

Foto José Rodríguez

¡En el antro, tú tienes derechos!

- No pueden seleccionarte al entrar
- No pueden darte mesa sólo si compras una botella
- Los precios deben estar a la vista o en la carta
- No pueden obligarte a un consumo mínimo
- No te pueden cobrar el servicio o exigirte propina

Denuncia cualquier abuso al Teléfono del Consumidor

01-800-468-8722

larga distancia sin costo
desde cualquier punto del país

Profeco

Espagueti con **almejas** y **camarones**

Foto José Rodríguez

ADOLESCENTES

Psic. Guadalupe Reyes Vargas*

Cómo vencer la timidez

Una persona tímida suele ser retraída, no se comunica con los demás por miedo a las consecuencias o a las respuestas que pueda recibir de ellos

Ayer leí el libro *"Me dicen Sara Tomate"* [1], y lo disfruté mucho. La lectura me llevó a reflexionar sobre los conflictos, curiosidades y retos que viven los adolescentes y que, a veces, a los adultos nos es difícil comprender. Uno de ellos es la timidez.

El personaje principal es Salvatore, un adolescente que escribe en su diario algunos versos y comentarios que expresan cómo se siente y sus preocupaciones respecto de sus cambios hormonales y sentimentales, sobre todo en relación con las muchachas. Salvatore está enamorado de Lucy, y su deseo de besarla es enorme, pero nunca lo ha hecho.

Siempre que Salvatore se encuentra con Lucy y ella lo mira, se ruboriza y las palabras que pensaba decirle escapan de su memoria, se siente torpe y comienza a tartamudear.

suscríbete

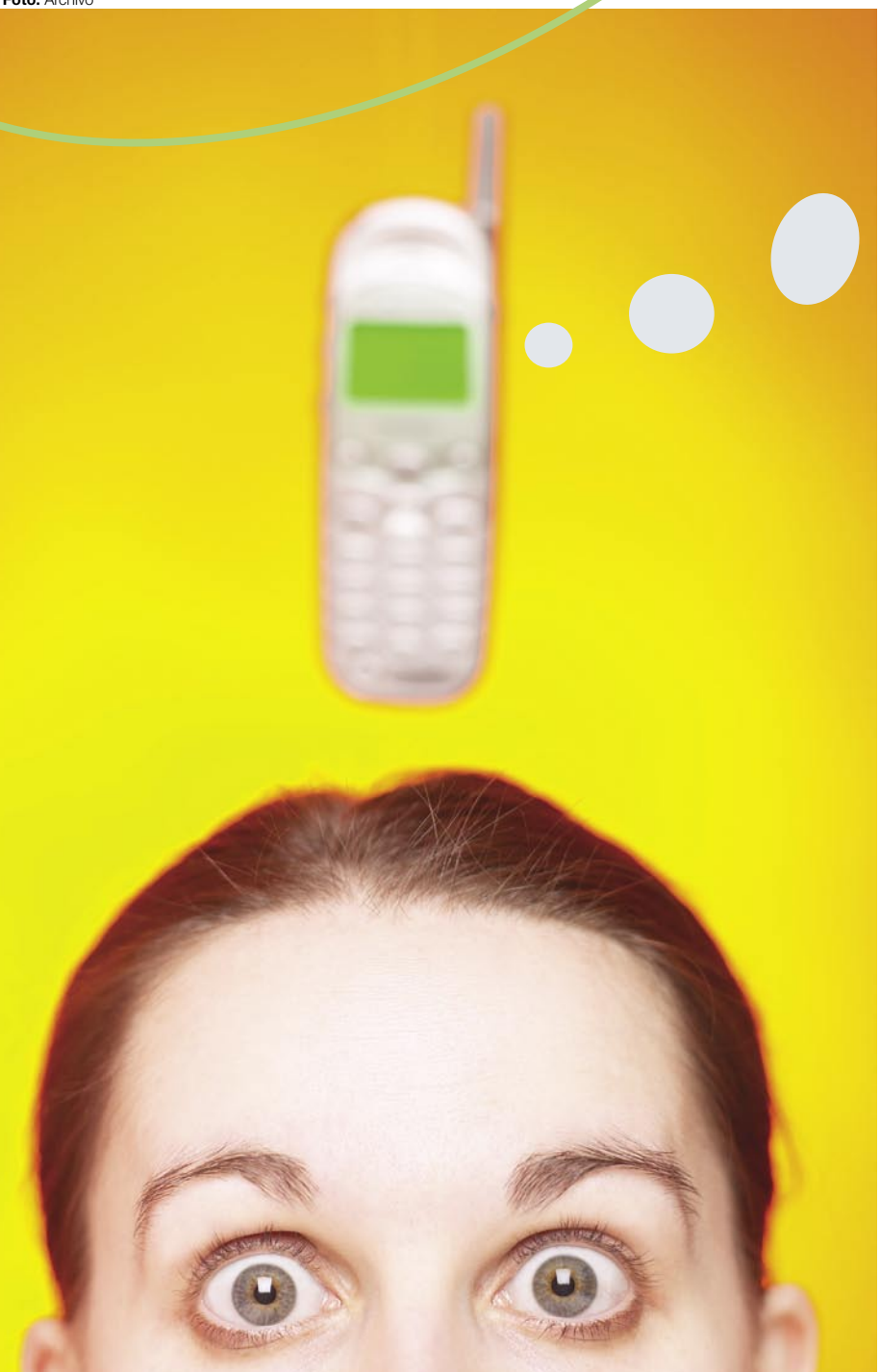
GanarSalud
La revista que te cuida

Pediatría • Adolescentes • Salud para Él y Ella • En Plenitud • Belleza • Nutrición
Mente Sana • Salud Financiera • Sexualidad • En Forma y **¡Mucho Más!**

Llama al: 5515 3818 o escríbenos a: suscribete@ganarsalud.com

Telefonía celular, renta fija

Foto: Archivo



Por Carlos E. García

La necesidad de mantenerse comunicado todo el tiempo y la incorporación de nuevas funciones, mensajes de texto, imágenes, video y conectividad a internet en los nuevos modelos de teléfonos celulares, han hecho que el número de usuarios de servicios de telefonía celular se incremente significativamente cada año.

El mercado de la telefonía celular está en constante expansión y ya se está posicionando como el principal medio de comunicación interpersonal entre los mexicanos: la Comisión Federal de Telecomunicaciones (Cofetel) señala que en 2006 había en el país 57 millones de usuarios de telefonía móvil, 21% más que en 2005; mientras que la telefonía fija creció sólo 1.8% en el mismo periodo.

Existen dos esquemas para la contratación de servicios de telefonía celular: el de **prepago** y el de **pospago** (renta fija mensual). En el primero se compra tiempo aire previamente a través de tarjetas, cajeros automáticos y tiendas au-

La telefonía móvil ya no es sólo un medio para hacer o recibir llamadas, también representa una herramienta importante de trabajo, de intercambio de información e incluso de entretenimiento. Pero ¿qué le conviene más?: ¿un plan de renta fija o de prepago? Si lo que le conviene es un plan de renta fija, le decimos todo lo que necesita saber para elegir el mejor.

De acuerdo con Cofetel, del total de usuarios de telefonía móvil en México, 93% tienen su línea a través del sistema de prepago y sólo 7% se encuentra en algún sistema de renta fija.

Foto: Archivo

torizadas; mientras que en el segundo, el usuario firma un contrato con la empresa de telefonía celular en la que se obliga a pagar una cantidad mensual fija por un periodo de tiempo determinado, a cambio de un número de minutos para llamar (los minutos extra tiene un costo adicional), además de otros servicios.

¿Cuál me conviene?

Si bien este artículo trata sólo del esquema de pospago o renta fija, **para decidirse entre un plan de prepago y uno de pospago,** es importante que identifique sus necesidades de comunicación. Pregúntese: ¿Cuánto tiempo habla? ¿Cuántas veces llama usted? ¿Cuántas veces le llaman? ¿Cuánto gasta al mes? ¿Hace llamadas de larga distancia? ¿A qué personas les llama (familia, amigos, trabajo)? ¿Marca a números fijos o a celulares? ¿Viaja con frecuencia?

En 2006, Profeco recibió 4 mil 377 quejas contra las siguientes empresas de telefonía celular, principalmente por incumplimiento de la garantía, cobro indebido y servicio deficiente.

Empresa	Quejas	Porcentaje de conciliación
Telcel	2,383	77%
Iusacell	1,290	79%
Movistar	704	86%

Si desea presentar alguna queja, acuda a la delegación Profeco más cercana a su domicilio, o llame al Teléfono del Consumidor: 01-800-468-8722. También puede enviar un correo electrónico a quejas@profeco.gob.mx

Fuente
http://burocomercial.profeco.gob.mx/BC/

Si en general usted llama sólo en caso de emergencia y le interesa tener un celular para recibir llamadas y enviar mensajes de texto de vez en cuando, probablemente le conviene más un sistema de prepago, pero si tiene un consumo promedio de llamadas al mes, sean locales o de larga distancia, tal vez le convenga un plan de pospago o renta mensual, pero considere que tendrá que cambiar el número que tiene con tarjeta de prepago.

Renta fija

En caso de renta mensual, antes de decidirse por uno de los planes, se deben considerar aspectos como la diversidad de precios, horarios, servicios, cobertura y la constante renovación tecnológica de los aparatos, entre otros.

De acuerdo con información de las mismas compañías, Telcel cuenta con 32 planes sólo en su mercado masivo de GSM, Movistar con 30, y Iusacell con 22. Sin embargo, cada empresa puede ofrecer un número mayor de planes según sus promociones y paquetes durante el año. Muchos de estos planes incluyen el aparato telefónico, aunque si éste no es del agrado del usuario, ofrecen la opción de pagar la diferencia para obtener un teléfono de mayor precio.

Algunas empresas han implementado mecanismos que permiten al consumidor elegir la forma de medición de llamadas y pago que se adapte más a sus necesidades de comunicación. Por ejemplo, Telcel promociona tres formas de liquidar el consumo de sus llamadas (en prepago y pospago): por segundo, por minuto o por llamada. Este último tipo de plan de facturación es idóneo para aquellos usuarios que realizan un alto número de llamadas de más de cinco minutos, pues el cobro por llamada de 20 minutos o fracción es de $5.75 para destinos locales y nacionales, siempre y cuando sean a números de la misma compañía. De ahí la importancia de conocer cuántos minutos habla realmente.

Para contratar un plan de pospago, usted debe cumplir con las condiciones que se estipulan en el contrato. Por ejemplo, algunas compañías le solicitarán sujetarse a un plazo forzoso, que por lo regular es de 12 a 24 meses, y si decide cancelar el servicio con anticipación será penalizado (en algunas empresas,

Foto: Archivo

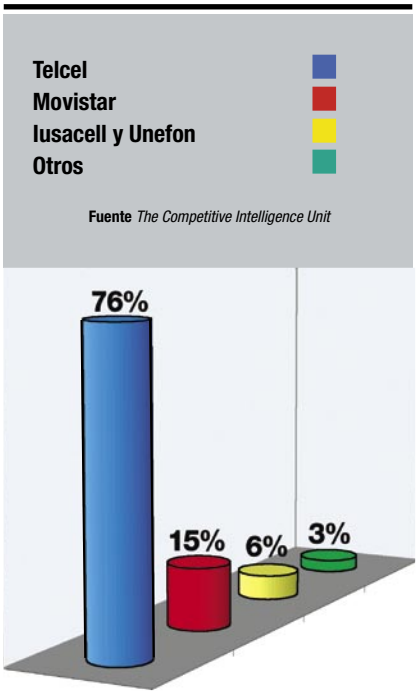
cuando el usuario ya cuenta con un teléfono celular, no se le impone un plazo forzoso de contratación).

Le recomendamos acudir directamente a un centro de atención a clientes del proveedor del servicio, en donde le describirán las características de cada plan, los equipos disponibles y los costos respectivos. No olvide preguntar sobre las tarifas por hacer o recibir llamadas fuera del área de servicio (*roaming*) o de larga distancia.

Ya que tenga esta información, calcule su gasto mensual con la siguiente tabla y elija así el plan que realmente necesita. Los datos del ejemplo son ficticios, sólo se utilizan como referencia (también puede realizar este cálculo en www.profeco.gob.mx/encuesta/brujula.asp).

Renta mensual	$228.85
Minutos incluidos	110
Costo por minuto adicional (llamada a teléfonos de la misma empresa)	$1.15
Mensajes incluidos	20
Costo por mensaje escrito adicional	0.85
Minutos consumidos al mes	120
Número de mensajes que envía	100
Gasto total mensual	$308.35

Distribución del mercado de telefonía celular (2006)



Según las cifras del Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI), los hogares gastan en promedio $308 mensuales en la compra de tarjetas y pago por el servicio de telefonía celular.

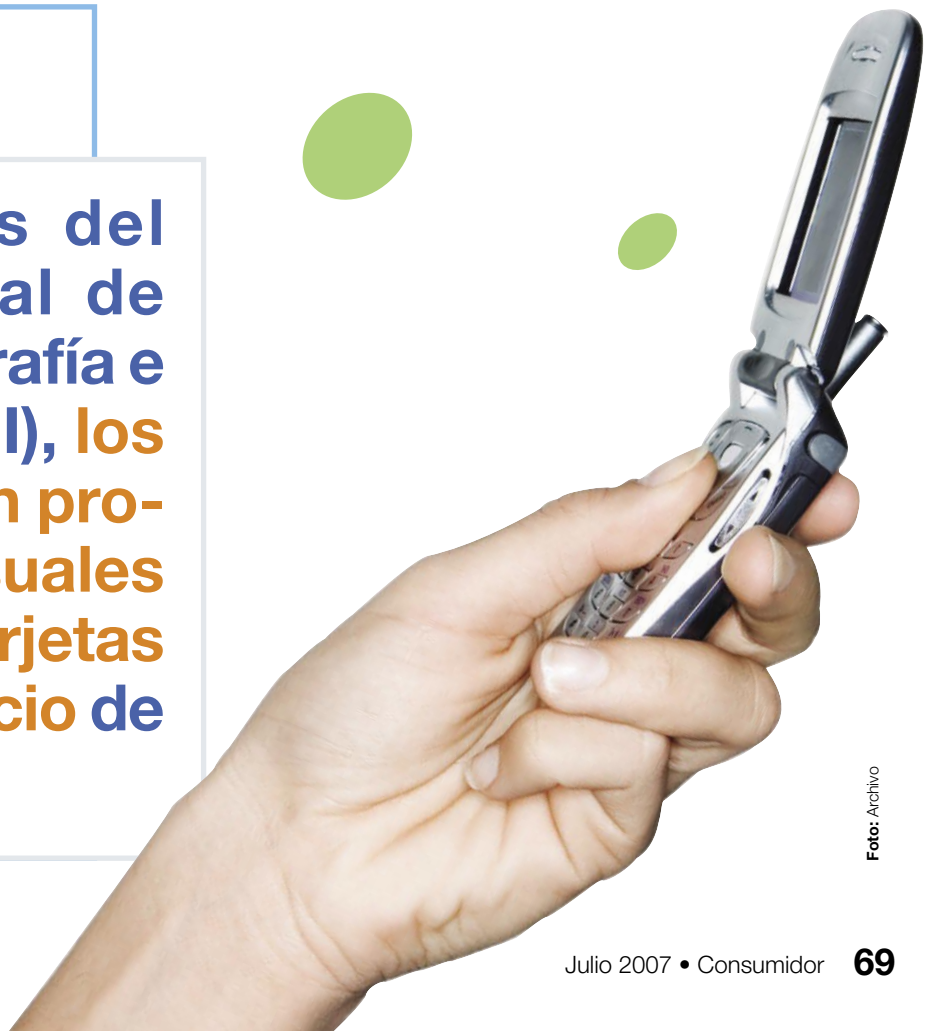


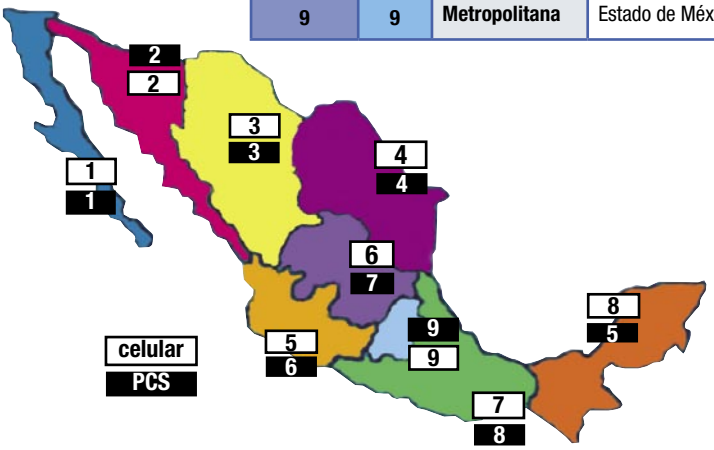
Foto: Archivo

No olvide preguntar sobre las tarifas por hacer o recibir llamadas fuera del área de servicio (*roaming*).

Cobertura nacional por empresas

Celular	PCS	Región	Cobertura
1	1	**Baja California**	Baja Caliifornia, Baja California Sur y Sonora (incluye San Luis Río Colorado)
2	2	**Noroeste**	Sinaloa y Sonora (excluye San Luis Río Colorado)
3	3	**Norte**	Chihuahua, Durango y Coahuila de Zaragoza (incluye Torreón, San Pedro, Matamoros, Francisco I. Madero y Viesca)
4	4	**Noreste**	Nuevo León, Tamaulipas y Coahuila de Zaragoza (excluye a los municipios de la región norte)
5	6	**Occidente**	Jalisco (excluye a los municipios de la región centro), Michoacán de Ocampo, Nayarit y Colima
6	7	**Centro**	Guanajuato, San Luis Potosí, Zacatecas, Aguascalientes, Querétaro de Arteaga, Jalisco (incluye Lagos de Moreno, Encarnación de Díaz, Teocaltiche, Ojuelos de Jalisco, Colotlán, Villa Hidalgo, Mezquitic, Huejuquilla el Alto, Huejúcar, Villa Guerrero, Bolaños y Santa María de los Ángeles)
7	8	**Golfo y sur**	Veracruz-Llave, Puebla, Oaxaca, Guerrero y Tlaxcala
8	5	**Sureste**	Chiapas, Tabasco, Yucatán, Quintana Roo y Campeche
9	9	**Metropolitana**	Estado de México, Distrito Federal, Hidalgo y Morelos

Fuente Dirección de Información Estadística de Mercados, Cofetel



Telcel
Regiones 1 a 9 (celular y PCS)
Iusacell
Regiones 5,6,7,8,9 (celular)
Movistar
Regiones 1, 2, 3 y 4 (celular)
Regiones 1 y 9 (PCS)
Unefon
Regiones 1 a 9 (PCS)

Algunas recomendaciones de seguridad...

Foto: Archivo

- Solicite la factura del teléfono celular que le otorgan al contratar el plan, esto le servirá en caso de que el aparato presente alguna falla.
- Si cuenta con el servicio de *bluetooth*, cerciórese de cerrarlo cuando lo use, porque se puede desprogramar el teléfono o le pueden "hackear" su información. En estos casos la empresa proveedora no se hará responsable, debido a que son dispositivos que funcionan fuera de la red.
- Para proteger su equipo contra robo con violencia o extravío, existe la opción de contratar un seguro que puede incluirse en el costo de la renta mensual. Para evitar sorpresas y gastos innecesarios, revise las condiciones y el costo del seguro antes de contratarlo, así como los requisitos para hacerlo válido en el momento que lo requiera.
- En caso de robo o extravío, reporte el hecho de inmediato a la empresa para que bloquee la línea y se impida el uso indebido de ésta. No olvide solicitar el número de folio del reporte.

Fuente Lic. Patricia Ramírez Valdivia, gerente de Comunicación Corporativa y Relaciones Públicas de Telcel, y Lic. Dolores Bejarano, abogada de la Gerencia de Regulación de la misma empresa.

Cada compañía le proporciona las cinco primeras variables del cuadro anterior; usted determina los minutos consumidos al mes y el número de mensajes enviados, según sus propias necesidades (consulte sus facturas de meses anteriores). En el ejemplo, una renta mensual de $228.85 incluye 110 minutos y 20 mensajes, pero con un consumo real de 120 minutos y 100 mensajes, se elevaría el gasto total a $308.35 mensuales.

En el caso de que cuente con un plan de pospago que ya no cumple con sus expectativas en cuanto a minutos, costos o servicios, usted tiene la posibilidad de cambiarlo. Sólo recuerde que si elige uno de menor costo, algunas empresas lo penalizan, pero si desea cambiar a uno de renta mayor, no recibe sanción alguna. Pregunte directamente a su compañía de telefonía celular por esta opción.

Cuánto cuestan

Para que usted tenga una idea de la variedad de planes de pospago que existen en el mercado y sus características, le presentamos un ejemplo considerando que, según datos de la Cofetel, un usuario

Nuestros derechos en telefonía móvil

1. Derecho a la información. En telefonía fija o móvil tenemos derecho a que nos informen las tarifas del servicio básico con IVA incluido, así como todas las condiciones del contrato, la garantía (si la hay) y los servicios adicionales. También deben darnos una copia del contrato o del comprobante de la operación.

2. Derecho a elegir. En telefonía fija o móvil tenemos derecho a que no nos condicionen la prestación del servicio básico a la contratación de servicios adicionales o la compra de productos. Además, los proveedores deben obtener nuestro consentimiento expreso para prestarnos servicios adicionales, aun cuando sean gratuitos por un periodo de prueba.

3. Derecho a un cobro justo. En telefonía fija o móvil tenemos derecho a que se respeten los precios y tarifas acordadas, y en la factura se desglosen los conceptos que integran el monto total a pagar. Si por algún motivo pagamos de más, deben reembolsarnos el excedente.

4. Derecho a la transparencia. En telefonía fija o móvil tenemos derecho a que la publicidad sea veraz, no nos confunda o induzca al error, y además señale el precio total del servicio con IVA incluido, y las condiciones y restricciones para la contratación.

El proveedor está obligado a suministrar el servicio conforme a los términos ofrecidos.

5. Derecho a la confidencialidad. En telefonía fija o móvil tenemos derecho a que los proveedores utilicen de manera confidencial nuestra información personal y bancaria, la cual no pueden compartir con nadie más sin nuestra autorización expresa. Y si así lo solicitamos, tampoco pueden utilizar nuestros datos para enviarnos promociones o publicidad.

6. Derecho a la compensación. En telefonía fija o móvil, cuando la prestación del servicio es deficiente o se suspende por causas imputables al proveedor, tenemos derecho a que se corrija la falla o nos devuelvan nuestro dinero. Además, podemos exigir una compensación de al menos el 20% de lo pagado.

7. Derecho a la atención. En telefonía fija o móvil tenemos derecho a recibir un buen servicio y a que los proveedores aclaren nuestras dudas y den trámite a nuestras quejas en sus centros de atención a clientes, ya sea de manera personal o telefónica.

Foto: Archivo

Costos de planes de renta mensual

		Telcel		Movistar		Iusacell	
	Plan	Virus GSM	GSM100	Plan120	Plan 200	A tu medida 1	A tu medida 2
	Renta mensual	$228.85	$343.85	$228.85	$343.85	$343.85	$458.85
	Minutos incluidos	110	200	120	200	170	240
	Costo minuto incluido[1]	$2.08	$1.72	$1.91	$1.72	$2.02	$1.91
	Mensajes incluidos del mismo proveedor (SMS)	20	10	0	0	15	20
	Costo por mensaje escrito adicional	$0.85	$0.85	$0.98	$0.98	$1.00	$1.00
Costo por minuto adicional	Del mismo operador (dentro del área local)	$1.15	$1.15	$1.15	$1.15	$2.99	$2.99
	A teléfonos fijos (dentro del área local)	$1.15	$1.15	$1.15	$1.15	$2.99	$2.99
	A otros operadores (dentro del área local)	$3.45	$2.88	$3.45	$2.99	$2.99	$2.99
	Costo minuto *roaming* nacional llamada saliente	$4.00	$4.00	$1.91	$1.91	N/E	N/E
	Costo minuto *roaming* nacional llamada entrante	$2.50	$2.50	$3.45	$3.45	N/E	N/E
	Costo minuto lada nacional	$2.99	$2.99	$1.15	$1.15	$2.99	$2.99
Servicios incluidos	Avisos de mensajes					sí	sí
	Buzón de voz[2]	sí	sí	sí	sí	sí	sí
	Centro de mensajes personal					sí	sí
	Conferencia tripartita	sí	sí			sí	sí
	Desvío de llamadas			sí	sí		
	Identificador de llamadas	sí	sí	sí	sí	sí	sí
	Llamada en espera	sí	sí	sí	sí	sí	sí
	Llamadas perdidas			sí	sí		
	Multiconferencia				sí		
	Ocultación de identidad			sí	sí		
	Transferencia de llamadas	sí	sí			sí	sí
	*090 llamadas por cobrar			sí	sí		
	*611 atención al cliente			sí	sí		
	Plazo forzoso (meses)	18	12 y 18	0, 18 y 24	0, 18 y 24	12, 18 y 24	12, 18 y 24

[1] Para estos planes el costo por minuto se calculó dividiendo la renta mensual entre el número de minutos incluidos.
[2] La recuperación de mensajes tiene un costo.
N/E: No especifica

Nota: Las tarifas corresponden al mes de mayo de 2007. La información presentada es de carácter estrictamente informativo y tiene como objetivo facilitar al consumidor un mejor conocimiento del mercado.

Fuente Información proporcionada por las empresas y en sus sitios de internet.

Foto: Archivo

Foto: Archivo

SMS, las letras más caras

Los mensajes SMS no se inventaron con la intención de hacer negocio, en un principio se trataba de un servicio secundario dentro de las especificaciones de las redes de teléfonos celulares GSM, que estaba pensado para enviar mensajes de confirmación, y no para que los adolescentes desarrollaran la movilidad de sus pulgares.

Pero debido a su gran éxito, en la actualidad estos mensajes se han convertido en un gran negocio para las operadoras de telefonía móvil. Lo interesante es que, tomando como referencia el uso que hacemos de la red telefónica, resultan mucho más caros que una llamada.

Para enviar la voz a través del teléfono móvil, el sonido se convierte en información digital, que viaja a una velocidad de 12 Kbps. Esto significa que en un minuto de voz se transmiten 90 mil bytes de datos. En cambio, en un mensaje SMS se transmiten sólo 140 bytes (cada byte es un caracter). Así, la red se ocupa 600 veces menos, pero el usuario paga lo mismo.

Fuente http://www.consumer.es/web/es/tecnologia/internet/2007/05/11/162144.php

En términos generales, entre menos minutos incluya un plan, mayor será el costo.

Foto: Archivo

promedio habla 120.4 minutos al mes. Esto nos sirvió de referencia para seleccionar planes que fueran similares en cuanto a renta mensual, minutos incluidos y algunos servicios adicionales.

Como puede ver en la tabla de la página anterior, el plan **GSM100** de Telcel y el **Plan 200** de Movistar cobran la misma renta mensual, tienen 200 minutos y el costo por minuto es el mismo. El plan **A tu medida 1** de Iusacell cobra la misma cantidad que las anteriores, sin embargo, los minutos incluidos son menos y el costo por minuto es mayor. Puede decirse que en términos generales, entre menos minutos incluya un plan, mayor será el costo.

Con respecto a servicios adicionales, Telcel ofrece cinco de estos servicios en cualquiera de los dos planes, Movistar ocho y Iuscaell siete, además de que cada plan cuenta con otros servicios adicionales con un determinado costo y promociones como llamadas ilimitadas a números que elija el cliente, entre otros.

No se quede con dudas, las empresas de telefonía celular están obligadas a proporcionarle toda la información relativa a sus servicios. Recuerde que entre más elementos tenga, podrá seleccionar un plan más acorde con sus necesidades de comunicación y presupuesto.

Fuentes Entrevista con la Lic. Patricia Ramírez Valdivia, gerente de Comunicación Corporativa y Relaciones Públicas de Telcel y con la Lic. Dolores Bejarano, abogada de la Gerencia de Regulación de la misma empresa • Información proporcionada por el Lic. Miguel Ángel Zapata, coordinador de Comunicación Corporativa de Telefónica Movistar • Comisión Federal de Telecomunicaciones (Cofetel) • Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI) • The Competion Intelligence Unit • www.telcel.com • www.iusacell.com.mx • www.telefonicamoviles.com.mx

Comedor profesional de dulces

Por Alma Rosa Guerrero

Ilustración Mónica Miranda

Lo sabemos, te encantan las golosinas. Quizá tengas tus preferidas entre los chocolates, paletas de caramelo, chicles, bombones, pastelillos o helados, por lo que aquí te diremos cómo puedes ser un comedor profesional de dulces sin que tus dientes tengan caries o sin que engordes por comer demasiados.

Y a ti, ¿por qué te gustan los dulces? Tal vez responderás: porque además de deliciosos tienen formas extraordinarias y colores divertidos. En eso tienes toda la razón, aunque también es importante que sepas que a pesar de ser muy sabrosos, no son nutritivos, y en exceso pueden ser negativos por varias razones.

Pero no te preocupes ni te pongas triste porque no vamos a pedirte que dejes de comer tus dulces y golosinas favoritos. Más bien queremos decirte cómo ser un niño responsable que sabe cuidar su salud, sin necesidad de dejar de comer (sabemos que para ti es imposible) chocolates, galletas, gomitas, caramelos y todas esas golosinas que te encantan. Chécate esto para ser un experto comedor de dulces:

1

Deja que tu mamá te dé tu ración de dulces o golosinas y cómelos despacio, así los disfrutarás por más tiempo.

Comer demasiados dulces no sólo provoca que te arda el paladar y te duela el estómago, también que te salgan caries (¡aaayyy, cómo duelen los dientes!) y que engordes. Por eso es mejor que tu mamá te diga la cantidad que puedes tomar.

2

Evita morder los chocolates y los caramelos, y mucho menos los tragues enteros, es mejor chuparlos.

Morder los dulces es peligroso para tus encías y tus dientes, pues además de que aparecen caries éstos se pueden romper. Por si fuera poco, de esta manera los dulces se acaban muy rápido, ¿no crees?

Lo mejor es que tú mismo protejas tu dentadura para que tu sonrisa luzca siempre sana y bonita.

3 Disfruta tus dulces después de las comidas.

Aunque muy ricos, los dulces no son nutritivos, por lo que para estar sano debes tomar otros alimentos como leche, carnes, huevo, cereales, muchas verduras y frutas, ya sea en el desayuno, comida o cena.

Al comer caramelos pequeños o chicles, evita correr al mismo tiempo, ya que puedes atragantarte con ellos.

5

Es muy fácil que los dulces pequeños resbalen por la garganta, sobre todo si te mueves bruscamente. Mejor quédate tranquilo un momento mientras los comes para evitar que te atragantes y sientas que no puedes respirar.

Cepilla tus dientes antes de dormir, sobre todo si has comido dulces durante el día.

4

Después de mascar chicles, comer pastel, gomitas, caramelos o chiclosos, el azúcar que queda en tus dientes te pone en riesgo de que te ataquen las caries, por eso debes hacer uso de tu cepillo de dientes, y cuanto antes ¡mejor!

Curiosidades sobre los dientes

Las personas llegamos a tener 32 dientes en total: ocho incisivos para cortar, cuatro caninos o colmillos para desgarrar, ocho premolares y 12 molares para masticar. Pero nos gana el tiburón blanco, que puede tener hasta ¡150 dientes!

Un dentista puede averiguar tu edad sólo con ver tus dientes. Tu primer molar sale a los seis años, y por el desgaste de tus dientes se puede saber cuán viejito eres.

Hay algunos bebés que nacen con dientes, como el rey Luis XIV, quien nació con la dentadura completa. ¿Conoces a algún bebé así?

Lo que debes saber sobre las golosinas

- Los dulces tienen formas y tamaños variados y se componen de una pasta maciza elaborada con azúcar, además de aditivos que les dan sabor y color.
- Sin embargo, por muy sabrosos que sean, los dulces no contienen todos los nutrientes que tu cuerpo necesita para que crezcas fuerte y sano, por lo que consumirlos en exceso no es recomendable.
- Si se comen dulces con frecuencia y en grandes cantidades, es muy fácil engordar debido a que el azúcar se convierte en grasa dentro del cuerpo.
- En nuestra boca hay bacterias que transforman en 20 minutos el azúcar de los dulces en ácidos, y al mezclarse con la saliva y las partículas de comida, forman una placa que debilita el esmalte de los dientes, produciendo caries.
- Este proceso se acelera durante la noche, por lo que te aconsejamos cepillar meticulosamente tus dientes antes de acostarte, sin que tampoco olvides que es necesario cepillarlos después de cada comida.

6

Trata de no gastar todo tu dinero en golosinas.

Si compras sólo la golosina que te gusta más, podrás ahorrar tu dinero y comprarte después alguna otra cosa que también disfrutes, como un juguete, estampas o un libro para colorear.

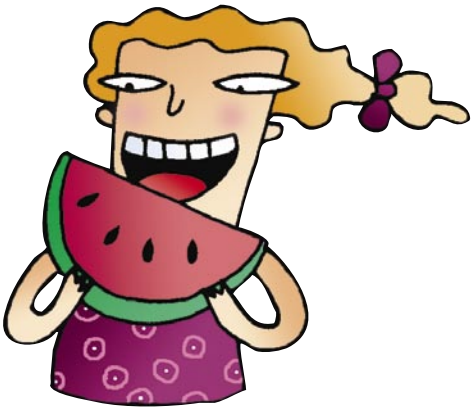
7

Comparte tus dulces con tu familia y tus amigos.

Regalar algunos dulces a tus hermanos, amigos o familiares, crea un ambiente de alegría, además de que todos ellos querrán también compartir contigo sus dulces.

Recuerda que si no hay dulces o golosinas a la mano tienes otras opciones deliciosas en los postres a base de frutas.

8



Muchas frutas son verdaderamente sabrosas por sí solas, todo es que te animes a probarlas. Descubre cuáles son las que más te agradan y come alguna de ellas cuando tengas mucho antojo del sabor dulce, sobre todo cuando ves la tele.
Tu mamá o tú mismo pueden agregarle un poco de leche condensada o chocolate, ¡mmh, qué rico!

Envíenos sus experiencias relacionadas con la contratación de servicios y la compra de productos a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C. P. 06140, México, D. F., o a **rconsumidor@profeco.gob.mx.** No olvide incluir su nombre completo y una dirección o número telefónico donde podamos ponernos en contacto con usted.*

Membresías vacacionales con engaños

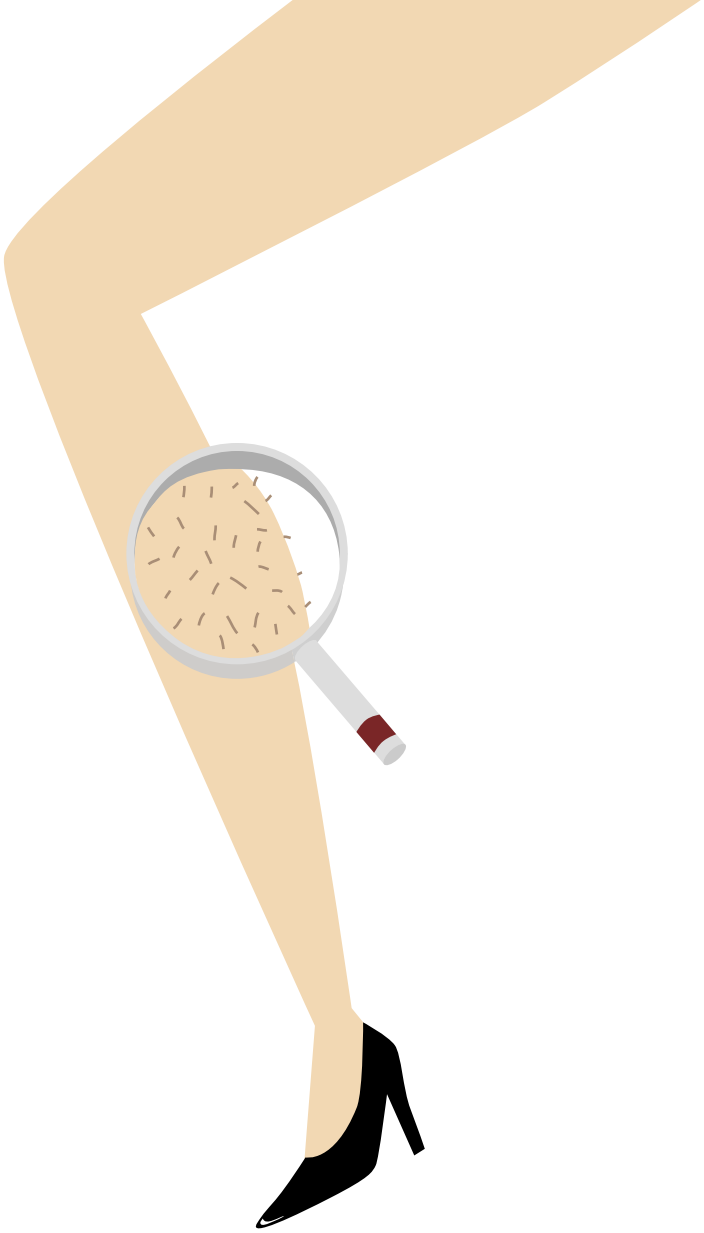
Hace un mes recibí una llamada, supuestamente de las oficinas de Visa y Mastercard, para informarme que me había ganado una cámara digital por una compra hecha con una tarjeta bancaria. La Srita. Fernanda Álvarez me dijo que acudiera con mi tarjeta a sus oficinas ubicadas en Av. Insurgentes Sur 1388, 1er piso, Col. Actipan Mixcoac, en la Ciudad de México. Al llegar a esa dirección me llevaron a un salón grande con muchas mesas y gente trajeada, donde me dijeron que luego me darían la cámara y comenzaron a cuestionarme sobre la cantidad de tarjetas de crédito que tengo y el uso que les doy. Después, me hablaron de viajes y me ofrecieron una membresía vacacional, que incluía dos periodos vacacionales al año (dos cortesías en el hotel de mi elección y "descuentos atractivos" en avión, hoteles, excursiones, etc.). Estuve dos horas hablando con un vendedor y su gerente, y al final contraté la membresía por un año, pagando $4,350. Pero cuando leí el contrato me di cuenta de que las cortesías en el hotel sólo son aplicables al comprar los boletos de avión con la empresa, y para colmo, cuando llamé para solicitar una cotización de periodo vacacional me di cuenta de que el precio de los paquetes no varía mucho de los que uno puede conseguir en cualquier aerolínea o agencia de viajes. Además, te piden que deposites la mitad del costo del paquete en su cuenta, en tanto confirman la reservación. Lo peor es que cuando fui a recoger la cámara (que por cierto esta chafísima), me hicieron firmar a cambio un documento en el que me comprometía a seguir con ellos hasta el final del contrato, ¿no que era un "regalo"? Espero puedan orientarme para saber cómo cancelar el contrato con esta empresa. También quiero advertir a sus lectores para que no se dejen convencer por estas pseudopromociones. En el mercado abundan los proveedores que ofrecen buenos paquetes y ofertas turísticas con muchas opciones de pago y a mensualidades sin intereses, sin necesidad de esconderse tras promociones falsas.

Arturo Lucio Tejada

Le recomendamos denunciar las prácticas engañosas de esta empresa en el Teléfono del Consumidor: 01-800-468-8722, larga distancia sin costo, y acudir a la delegación **Profeco** más cercana a su domicilio para presentar su queja por el incumplimiento de las promociones que le ofrecieron. Recuerde que las empresas que comercializan tiempos compartidos o membresías vacacionales no pueden ofrecerle regalos, certificados de viaje o utilizar cualquier otra estrategia de promoción sin informarle antes que el propósito de su oferta es que usted conozca las características de su producto. Además, su contrato debe contener todas las promesas que le hicieron, incluir una cláusula que garantice su derecho a cancelarlo durante los cinco días hábiles después de la firma y estar registrado ante **Profeco**. Es importante que se especifique la categoría y demás características bajo las cuales le ofrecieron el servicio, y que se señale claramente cuál será el precio total, costo del mantenimiento, cargos adicionales, términos, plazos, fechas, modalidades, intereses y tasas a aplicar (si es fija o variable), los intereses moratorios y demás condiciones.

A todos nuestros lectores:

Les recordamos que esta sección es un espacio para que los consumidores compartan sus experiencias de consumo con los demás lectores. La Revista del Consumidor *no tiene las facultades legales para intervenir en la solución de los problemas que se plantean, pero sí para brindar a los lectores la asesoría necesaria para que, a través de las instancias correspondientes (delegaciones Profeco, Condusef, Conamed, etcétera), resuelvan los conflictos que enfrentan con proveedores y prestadores de servicios.*



* Las cartas enviadas a la *Revista del Consumidor* implican su consentimiento implícito para que sean editadas y publicadas. Sus datos personales quedan protegidos conforme a los Lineamientos para la protección de datos personales emitidos por el IFAI (Instituto Federal de Acceso a la Información Pública).

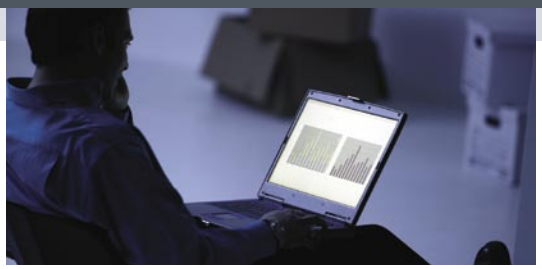
Touch me no funciona

Compré la crema depiladora *Touch me* en una cadena de boticas, ilusionada por la publicidad que promete librar del vello a quien la utilice. Seguí las instrucciones del producto al pie de la letra, pero grande fue mi decepción cuando me di cuenta de que esta crema ¡ni siquiera elimina el vello como una crema depilatoria común! ¿Qué puedo hacer? Me siento terriblemente estafada, y lo peor es que siguen promocionando la crema por televisión. Por favor pasen la voz sobre esta gran mentira a todas las jóvenes para que no se dejen engañar.
Yoalli Ruiz Morales

Los proveedores deben hacerse responsables por la calidad de sus productos y tienen la obligación de no difundir publicidad engañosa que pueda inducir a error al consumidor. Turnaremos su denuncia al área de Publicidad y Normas de **Profeco** para que realicen la investigación correspondiente. Es importante que si usted cuenta con alguna publicidad impresa o los horarios y canales de transmisión en los que vio este comercial, nos los haga llegar, pues de esta manera podremos acelerar el procedimiento. Por otra parte, usted puede exigir la devolución de su dinero porque el producto no cumple con las características por las que usted lo compró. Si el proveedor se niega a hacerlo, acuda a la delegación Profeco más cercana a su casa o trabajo a presentar su queja. Para conocer su ubicación y los documentos que debe llevar, llame al Teléfono del Consumidor: 01-800-468-8722, larga distancia sin costo.

En nuestro próximo número

Computadora bajo el brazo

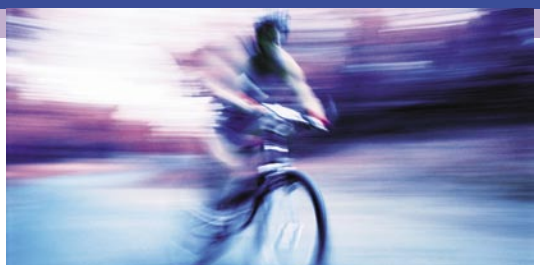


Para que usted elija la computadora portátil que más se adecue a sus necesidades y presupuesto, nuestro Laboratorio puso a prueba las últimas portátiles básicas y de desempeño medio para decirle cuál es la que más le conviene.

¡Tomates rojos hechos puré!

A los expertos de nuestro laboratorio no se les va una, pues se pusieron a hacer sopitas de pasta con puré de tomate, y le pusieron mucha catsup a sus papas, hot dogs y hamburguesas, para que usted sepa cuál es la calidad de los productos que le está dando a su familia...

Turismo de aventura



¿Cree que a su vida le falta algo de emoción como planear en el aire con un parapente, escalar una roca o descender en balsa por un río? Si no tiene experiencia, pero quiere unas vacaciones diferentes y divertidas, conozca las empresas que ofrecen el servicio de turismo de aventura y cuánto cuesta contratarlo.

Aclaraciones

• Por una confusión imputable tanto del fabricante como al Laboratorio, en nuestro estudio de calidad de lavadoras de ropa automáticas publicado en el mes de mayo, el modelo DWC-ED1212 de la marca Daewoo se incluyó en el estudio cuando, a diferencia de los demás productos, se trata de una lavadora que también tiene secadora (eléctrica). En este sentido, y por tratarse de un producto con otras características, la comparación de precios no debió haberse realizado. Por otra parte, el producto fue evaluado teniendo en cuenta únicamente la calidad de la lavadora (que fue regular), mientras que la secadora no fue evaluada.

• En el estudio de calidad de aspiradoras, la marca Koblenz, modelo Wet Dry Vac WD-300 K2, se reportó con un precio máximo de $599 en la tienda Sam's Club, cuando el producto no está a la venta ahí.

La *Revista del Consumidor,* publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (**Profeco**), está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en al teléfono 5553-0574. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de Profeco: se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. **No se autoriza la utilización de la información publicada en la revista con fines publicitarios o comerciales.**
Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de los consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que Profeco lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones.
Certificado de licitud de título núm. 1127 y de contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, con el número PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en los Talleres Gráficos de México, Canal del Norte 80, colonia Felipe Pescador, C. P. 06280, México, D. F. Editora responsable: Mónica Braun. Tiraje: 60,000 ejemplares.

Ojos que no ven...
consumidor que no ahorra

TV Revista del Consumidor

El programa que nos enseña a consumir de manera inteligente

Todos los domingos a las 9:00 am por el Canal del Congreso

Busque todos nuestros horarios* en la cartelera que publica RTC en los princiales diarios.

Para estar siempre bien informado...
¡sintonice nuestro programa!

Profeco

* Los horarios pueden variar sin previo aviso.

Alerta al consumidor

CUIDADO con los siguientes productos y prácticas comerciales

Sitios web no seguros

Profeco detectó que ciertas empresas no brindan seguridad a los consumidores que proporcionan datos personales y/o financieros cuando efectúan una transacción comercial en línea. ¡No se arriesgue!

Abusos en lotes de autos

Se ha visto que al vender autos de particulares a propietarios de lotes de autos, se engaña al consumidor haciéndolo firmar contratos de consignación en lugar de venta. ¡Tenga cuidado!

Busque la información completa en la página 10

0 10722 58187 9 00365

Exhibir hasta el 31 de julio de 2007

Espagueti con almejas y camarones*

Ingredientes (6 raciones)

Foto José Rodríguez

Preparación

1 En una olla grande ponga a calentar 3 litros de agua con 1/2 cucharadita de sal, las hojas de laurel, una ramita de tomillo y una cucharada de aceite.

2 Cuando suelte el hervor agregue la pasta, cuidando que no se troce, tape la olla y reduzca el fuego. Deje hervir de 10 a 15 minutos o hasta que la pasta quede al dente.

3 Cuele la pasta y enjuáguela con agua fría.

4 Aparte, en una sartén grande, caliente a fuego bajo el aceite de oliva y acitrone el ajo, así como la cebolla picados, cuidando que no se doren.

5 Agregue las almejas previamente escurridas, los camarones, los chícharos y el tomate. Una vez que el tomate adquiera un color oscuro, añada el vino blanco.

6 Incorpore la pasta cocida y mezcle perfectamente.

7 Sirva y espolvoree con queso parmesano al gusto.

Aporte nutrimental (por ración)	
Kilocalorías	566
Proteínas	22 g
Grasas	23 g
Colesterol	39 mg
Fibra dietética	3 g

*** Fuentes** Receta original de Humberto Vélez. **Adaptación** de la receta original a Platillo Sabio Profeco por la nutrióloga María Rosa Ochoa Camposeco.

Almejas

Son **mariscos** que se reconocen por las **estrías** que marcan su concha abombada. Se pueden comer crudas, rellenas, gratinadas, en sopas y con pasta. Cuando están crudas, las almejas aportan sólo **72 calorías** por cada 100 gramos.

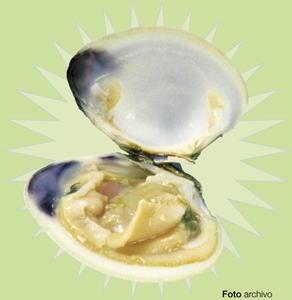


Foto archivo

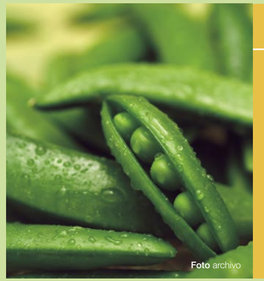


Foto archivo

Chícharos

Es una **legumbre** cuyos granos tiernos se consideran **verduras**, pero una vez que maduran y se secan, se consumen como **leguminosas** y se conocen como arveja, arvejón o alverjón.

Cómo cocerlos

Para **conservar** el color y disminuir la pérdida nutrimental de los chícharos, cuézalos **con cáscara** y en suficiente agua. Posteriormente será fácil abrir las vainas y retirar los granos.

Cómo comprarlos

Elija las vainas **más llenas**, de piel lisa, brillante y sin manchas. Si prefiere comprarlos **desgranados**, recuerde que éstos deben estar brillantes, redondos y lisos.

Cómo conservarlos

Los chícharos frescos se conservan **tres o cuatro días** en una bolsa de **plástico** con perforaciones, en **la caja** de verduras del refrigerador.

Ajo

Es originario de **Asia**. Se cultiva desde **épocas muy antiguas**. Pertenece a la misma **familia** de la cebolla. Existen diferentes **variedades** de ajo, entre éstas se encuentra el ajo **blanco** (el más común), el **rosa** (cuyos dientes son rojizos), y el **macho** (de un solo diente y tamaño grande).

Foto archivo

Tips

- Evite dorar el ajo a fuego alto porque se vuelve amargo.
- Para desprender la piel con facilidad, ponga el diente de ajo sobre una tabla y golpéelo con algún utensilio pesado, por ejemplo, el exprimidor de limones.
- Si agrega a sus guisos los dientes de ajo sin pelar, obtendrá un aroma más suave. Retírelos antes de servir.
- Para condimentar sus ensaladas con ajo, frote la ensaladera con un diente sin cáscara, así les brindará sólo un ligero toque.

Vinos

El vino es la bebida **alcohólica** que se obtiene a partir de la **fermentación** de la uva, y puede ser tinto, blanco o rosado. Cuando tienen igual grado alcohólico, tanto el vino **blanco** como el **tinto** aportan **70 kcal** por 100 ml de bebida.

Tips

Recuerde que no necesariamente el vino más caro es el mejor ni el más barato es el peor. Hay vinos que han ganado su prestigio gracias a la tradición de muchos años logrando alta calidad, lo que los convierte en algo especial, pero no por ello saben mejor con cualquier comida y mucho menos tienen que gustarnos.

Foto archivo

Aceite de oliva

Se extrae de los **frutos** del olivo, conocidos como **aceitunas**. El color y el tipo de aceite **dependen** del proceso de refinado y de la variedad de aceituna utilizada. De estos aceites destacan el **extravirgen**, el **virgen** y el **refinado**.

El aceite extravirgen se extrae de la primera **presión;** tanto el extravirgen como el virgen no han sufrido **ningún proceso químico** o de purificación, por eso tienen una tonalidad **verde**. El aceite refinado es de color **amarillo** porque ha sido **procesado**.

Humberto Vélez

La **receta original** de este platillo nos la proporcionó una persona **muy divertida**. Como mucha gente, **Humberto Vélez** tiene diferentes **facetas**, es padre, hijo y esposo, sin embargo, algo que lo **distingue** es su peculiar trabajo como **actor y director de doblaje**. ¡Y cómo no va a ser así!, si ha dado voz a uno de los jefes de familia **más famosos** de la televisión, querido por unos y odiado por otros: **Homero Simpson**.

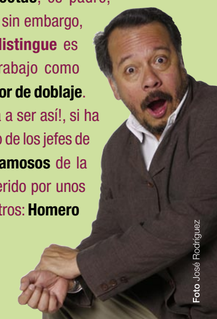


Foto José Rodríguez

Cera para pisos

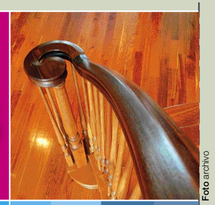


Foto archivo

Foto José Rodríguez

Foto Archivo

Ingredientes

Foto José Rodríguez

Foto archivo

Utensilios

Foto José Rodríguez

Caducidad: Tres meses

Ahorro: 60%

Rendimiento: 250 mililitros

Tiempo de preparación: una hora

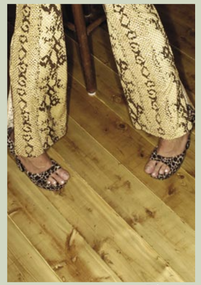


Foto archivo

Recomendaciones

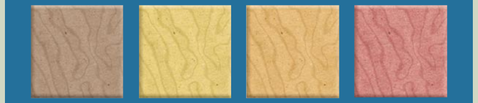
- Aplique la cera sobre el piso limpio y seco, frotando suavemente con un trapo. Cuando seque, frote vigorosamente el piso para darle brillo.
- Es conveniente que no aplique demasiada cera para evitar que el piso quede resbaladizo.

Conservación

Coloque una etiqueta al tarro con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad. Almacene la cera en un lugar ventilado, fuera del alcance de los niños. Es necesario que el tarro esté bien cerrado para evitar que el aguarrás se evapore y la cera se reseque.

Datos interesantes

- Uno de los principales componentes de las paredes de los árboles es la celulosa, la cual le confiere a la madera su característica rigidez.
- Aunque la celulosa es un compuesto incoloro, hay maderas de muchos colores, que van desde el amarillo, como el pino, hasta casi negro, como el ébano, y el rojo del cedro.
- El color de la madera se debe principalmente a un grupo de sustancias llamadas ligninas.



Procedimiento

1

En el tazón de vidrio ponga la cera blanca, la cera de carnauba y la parafina.

2

En una cacerola caliente agua. Una vez que suelte el hervor, ponga el tazón con las ceras para que se fundan a baño María.

3

Ya derretidas las ceras, retire la cacerola del fuego y llévela a un lugar ventilado, lejos de la estufa. Agregue muy lentamente el aceite mineral y el aguarrás, agitando suavemente con el abatelenguas.

4

Una vez que los ingredientes estén perfectamente integrados, vierta la mezcla en el tarro de plástico y espere a que ésta se enfríe.

5

Por último, tape muy bien el tarro antes de etiquetarlo y guardarlo en un lugar fresco, fuera del alcance de los niños.

Fotos José Rodríguez

Validación técnica maestro en ciencias Miguel Ángel Meza Vudoyra